2023年7月至9月义工活动项目

塔口	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	n-l- (c)
项目	义工/组别	时间
钢琴演奏	Yuko Arai小姐	每个月,第一个星期二,早上10点至11点
	Ms Teo Suey Sung	每个月三次,星期二,早上10点30分至11点30分
	邹圣恩小姐	每周,星期三,早上11点至中午12点
	黄美珍小姐	每周,星期三,下午4点30分至5点30分
	Dr Bonnie Jane Smart	每周,星期四,早上10点30分至11点30分
	Mr Patrick Foo	每周,星期五,下午4点30分至5点30分
	林旭征先生	每个月两次,星期六,下午3点至4点
	赖国芳博士	每个月两次,星期六,下午5点至6点
欢乐时光	托福园义工	每周,星期一,下午4至5点
为病人理发	太阳石组	每周,星期二,早上8点30分至10点30分
±□ \/Z □-↓ →□	水水工体加	
靓汤时刻	珍珠天使组	每个月,第三个星期三,早上11点30分
户外活动	翡翠组	每周,星期四,早上8点30分至中午12点
 Lim Kopi 活动	 托福园义工	每周,星期五,早上9点30分至10点30分
Еш Корг (д 29)	10個四人工	每周,至例五,千里·5.500万里·10.500万
园艺活动	黄宝石阳光组	每周,星期六,早上10点至11点
按摩舒缓疗程	蛋白石组	每周,星期六,下午3点30分至5点30分
卡州 完伽 圣	好 皇于如	与A日 目期→ 日 L0上45八云10上45八
虚拟宠物关怀陪伴日	红宝石组	每个月,星期六,早上9点45分至10点45分
宠物关怀陪伴日	红宝石组	每个月,星期六,早上10点至11点
	水晶组	每个月,星期六,下午2点至4点
, — 3.14 %	.4 - HM - 777	7 1 7 4 1 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2
商品销售	托福园义工	每个月,星期六,早上10点至中午12点
	 钻石组	 每个月,第一个星期六,下午3点
-		
经典乐曲欣赏	紫晶组	每个月两次,星期六,早上11至中午12点
mult 는다. 크다 설		気な日本海 目地工 日 1.10 b 不由を10 b
咖啡与吐司时间	创价学会	每个月两次,星期天,早上10点至中午12点

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



托福园Namaste Care项目

是源自梵语的问候语,意思是"向 "Namaste" 内在的精神致敬"。Namaste Care 是一项最初由 美国 Namaste Care International (USA) 创始 人及兼名誉主席 Joyce Simard 女士于 2003 年开 发的护理项目。项目的目标是通过感官和肢体接触 为病友提供关怀和安慰及提高他们的生活质量。患 有中度至晚期痴呆症或末期癌症的病友都适合参与 Namaste Care。Namaste Care通过简单及轻柔的手 部按摩,帮助促进病友们的血液循环、温暖双手、 平静身心。Namaste Care护理能让病友们感受到呵 护及爱。在本期的义工通讯中, 让我们听听义工们 为病友们提供Namaste Care 护理的经验。



唐焕晶为日间护理中心的病友提供Namaste Care。

1. 您能分享您是如何将Namaste Care纳入您的义工工作? 您为什么选择把 Namaste Care 做为您义工服务之旅的一部分?

唐焕晶

我为托福园日间护理中心的病友们提供帮助我和病友们建立彼此之间的关系也能帮我 Namaste Care.

为病友们带来身心的安适。肢体接触是一种人 Care护理后神清气爽及精神焕发的样子! 类的通用语言,无论我们的文化背景或语言差

异如何, 多数人都能理解。我觉得肢体接触能 传达我内心难以用言语表达的爱心。我很开心 能够看到病友们在Namaste Care护理过程中熟 除了与病友们交谈,我觉得肢体接触是一种另 睡甚至打鼾,对我来说,这是他们身心放松的 类及有影响力的非语言交流。肢体接触有助于迹象。我也很开心能够看到病友们在Namaste

Linda Hart

我不得不承认,我并没经常有机会提供 Namaste Care 护理,事实上只做过几次。 当我推病友去花园时, 在阳光明媚、天空湛 蓝、被大自然的美丽包围的情况下, 我会进 行Namaste Care。这样病友们会感觉更轻 松, 更愿意接受护理。我相信 "心灵、身 体和灵魂"的概念,如果一切都一致,我 们内心将可以感到平静。作为Namaste Care 护理的提供者, 当病友们放松时我能察觉得 到。我以充满爱和同理心的态度为病友们提 供Namaste Care。我希望收到护理的病友能 放松, 感到安慰和平静。



Linda Hart 参加托福园Namaste Care培训课程

2. 您有难忘的Namaste Care护理经验吗?

唐焕晶

听到病友们与我分享Namaste Care 护理是 我发现女性更愿意接受Namaste

另外也有一位病友问我是否提供居家 Namaste Care护理,因为他希望太太也 能享受他在托福园日间护理中心的舒适体 验。此外,也有病友对我的技能进行评估 和评分! 我非常感谢病友们的诚实反馈。 反馈可以帮我讲一步提高我的Namaste Care护理技能!

Linda Hart

如何帮助他们,总是令我感到振奋。之前 理。之前有一位女性病友告诉我,在体验 有一位病友告诉我面部按摩使他的呼吸变 了Namaste Care护理后,她感到非常轻松 得比较顺畅,过后的几个小时他都没有咳 和愉快,并问我可不可以再做一次。我们 之后又做了多一次护理



帮助他人的使命

我们的护士经理(居家护理)Mirza Abdul Halim先生 是2023年护士优异奖的得奖者之一。我们为他感到骄 傲。奖项由卫生部于1976年设立,对表现非凡、体现持 续学习和致力于推进新加坡专业护理的护士给予肯定。 在这个采访中, 他分享了自己的护理经验以及他对护士 优异奖的感触。

1. 您为什么决定当护士?

我之所以有动力成为一名护士是因为我的母 亲。她是一名在综合诊所工作了20多年的初 级保健护士。在我年轻的时候, 我会去母亲 的工作场所看她工作,从中我看到她是如何 以爱心照顾和支持她的病人。目睹了她的工 作是启发我成为护士的决定。

2. 您为什么选择从事慈怀护理?

最初开始我的护理职业时,我有机会在一家 私人护理机构做兼职。我在不同的医疗机 构尝试了各种各样的角色。在那段时期里, 我从事了慈怀护理的工作。做为慈怀护理护 5. 护士优异奖对您来说意味着什么? 士, 我能够提供全面的护理。我不仅照顾病 我认为这反映了我同事们对我坚持提供高标 友们的身体需求,也同时支持他们的情感、 心理和精神需求。这促使我在2014年加入托 福园,成为一名全职护士。

3. 您在工作中所面临的挑战之一是什么? 行健康状况以及病情预期恶化的敏感会话。 护理职业会是什么样子的。 在这期间陪伴在他们身边是有意义的, 但也 具有挑战性。

4. 您能分享一段难忘的工作经历吗?

与我的家居护理同事一起享用午餐总是很愉 快。我们的工作有时很有挑战性, 因为我们 需要用大部分的工作日时间去探访病友们的 家。但在探访时,我们有机会寻找美食以借 机喘息! 能够互相分享彼此烹饪的食物也是 我所珍视的。



护士经理(家居护理)Mirza Abdul Halim先生在2023年护士优异奖颁奖典礼。

准护理的信心。

6. 做为一名拥有多过10年工作经验的护士, 您想对那些希望加入护理职业的人说什么? 保持开明的心态, 明白你可能需要一段时间 才能找到适合你工作风格或兴趣的专业或环 我面临的一个挑战是必须和病友们和家属进 境。并不是每个人都会一开始就知道自己的