



## 用义工善举 缅怀逝者



本期内容讲述了  
我们义工为了缅怀托福园  
曾服务过的已故病友，  
全心为托福园付出时间的感人经历。  
我们希望这些感悟  
能够激励您在做义工的旅程中，  
继续与我们一起  
创造有意义的改变。

**Rose for Remembrance** 活动  
是一项非宗教纪念活动，  
旨在纪念托福园 (DPH) 照护的病友。

该活动于2024年8月3日举行，  
并以一项精心设计的活动，  
旨在向曾受到托福园照护的人们致敬。

此次活动得到了  
义工们的大力支持，  
我们对他们的贡献表示感谢。



为Rose for Remembrance 活动做义工的经历如何影响了你对悲伤以及人们应对失去的方式的理解？活动中，有哪些特别的时刻让你印象深刻？

## 蔡月仙：以玫瑰悼念亲人，自我治愈的旅程

“

我了解到人们以不同的方式应对悲伤。

在活动中，有些参与者以哭泣表达他们的情绪，而有一些则表现出镇定。他们可能在参与活动时，

得知自己的情感得到了认可和理解而感到安慰。

让我印象深刻的是，一些参与者似乎通过这项活动减轻了他们的悲伤。他们用玫瑰作为一个有意义的象征来纪念他们的亲人，让每一个参与者都深受感动。

## 张旋碧：通过艺术与追忆共同寻找安慰

失去亲人的痛苦确实令人心碎，且随时可能发生。

我们可以按照自己的节奏去面对悲伤与治愈。

“

与其他同样悲伤的参与者在一起，让我们意识到自己并不孤单。

所有参与者都创作了作品，以表达他们对已故亲人的感受和回忆。

## 陈俊辉：以反思与感恩心来致敬悲伤

这次活动突显了一个重要性，即必须意识到悲伤的过程是非常个人化的——每个家庭都有自己独特的哀悼节奏。托福园通过这个平台持续为看护者提供支持的方式值得称赞。通过象征性的举动和反思，托福园帮助这些亲人处理和应对挥之不去的情感。在整个悲伤的旅程中，向那些曾提供关怀和支持的人表达感恩也是适时且有意义的。

诵读已故病友的名字唤起了强烈的庄重感和尊严感。在香薰瓶和彩灯的背景下，

“

这一时刻显得格外感人，是一个恰当的方式来结束这一特殊的活动。

## 翁幼芬：微妙的平衡：以关怀与尊重扶持悲伤

作为这项活动的义工，我的心情很复杂。一方面，我需要观察参与者的反应，并在必要时照顾他们的需求；另一方面，我必须尊重他们的隐私，避免让他们感到被监视。

让我印象深刻的是，一位参与者在盖上罐子后露出的微笑，那是带着复杂情感的微笑。她含泪的脸庞转为微笑，并向我点了点头，

“

传达出一种感激、内心圆满、释然以及平静的感觉

在活动中，我观察到一种强大的应对悲伤的方式。看到参与者将石头放入罐中，每块石头代表一次反思的时刻，这一场景让我感到温馨。尽管流着泪水，情绪沉重，但在每一步、每一个音符、每一滴眼泪被擦去之后，我都感到明显的解脱感。

——我对自己说：“是的，这是一个美妙的方式。我们做到了！”

## 陈佩贤：通过回忆与释然追忆亲人

“

悲伤是件令人难过的事，但这是每个人都必须经历的过程。

每个人终究都要离开这个世界，这是不可避免的。

我对托福园医疗总监许荣焕医生回忆他祖母的发言印象深刻。我认为这是一个很好的方式，在场的参与者回忆起他们已故的亲人。



## 咖啡与善意 父亲的离世如何激励丽钻成为义工

每个星期五早晨，黄丽钻女士都会出现在我们的日间护理中心，帮助参与 *Lim Kopi* 项目的病友点咖啡。在一次父亲节访谈中，黄女士透露，父亲节对她来说是一个甜中带苦的日子，因为父亲节让她想起了与父亲共度的美好时光。

“

**在托福园做义工让我回想起父亲  
在这里居住期间的美好回忆。**

黄丽钻女士的父亲，已故的黄亚清先生，在2008年因癌症晚期入住了托福园。黄亚清先生居住期间所得到的临终关怀 (palliative care)，给黄丽钻女士留下了深刻的印象。她承诺自己将为托福园做出贡献，以此回报她在生命中最脆弱时刻所获得的善意。

2008年父亲去世后，她正处于与自己癌症抗争的艰难时期。当时，她还决定要把精力放在抚养孩子上。七年过去了，她始终没有忘记自己曾许下的承诺。2015年，她加入了托福园，成为了一名义工！今年是她参与我们义工项目的第九年。



感谢黄丽钻女士与我们分享她的故事，也感谢 *Lim Kopi* 义工们的付出。正因为有了他们，托福园每个星期五的早晨对病友们来说变得如此特别。

点击以下链接/  
扫描二维码观看  
在我们脸书专页  
上的简短采访



<https://tinyurl.com/DPH-Interview>

# 义工活动 2024

钢琴演奏	Yuko Arai 小姐	第一个星期二	上午 10点 - 11点	每月
	Teo Suey Sung 小姐	星期二	上午 10点半 - 11点半	每月三次
	黄美珍小姐	星期二	下午 4点半 - 5点半	每周
	邹圣恩小姐	星期三	上午 11点 - 中午12点	每周
	Bonnie Jane Smart 博士	星期四	上午 10点半 - 11点半	每周
	Patrick Foo 先生	星期五	下午 4点半 - 5点半	每周
	林旭征先生	星期六	下午 3点 - 4点	每月
	赖国芳博士	星期六	下午 5点 - 6点	每月两次
欢乐时光	托福园义工	星期一	下午 4点 - 5点	每周
为病友理发	太阳石组	星期二	上午 8点半 - 10点半	每周
靓汤时刻	珍珠天使组	第三个星期三	上午 11点45分	每月
户外活动	翡翠组	星期四	上午 9点 - 中午12点	每周
Lim Kopi 活动	托福园义工	星期五	上午 9点半 - 10点45分	每周
园艺活动	黄宝石组	星期六	上午 9点 - 10点	每周
虚拟宠物关怀陪伴日	红宝石组	星期六	上午 9点45分 - 10点45分	每月
宠物关怀陪伴日	红宝石组	星期六	上午 10点 - 11点	每月
流行长青歌曲	紫晶组	第二和四个星期六	上午 11点 - 中午12点	每月两次
手工艺品制作 (用于商品销售)	水晶组	星期六	下午 2点 - 5点	每月
按摩舒缓疗程	蛋白石组	星期六	下午 2点半 - 4点半	每周
庆生会	钻石组	星期六	下午 3点	每月
四弦琴团队演奏	蓝晶组	星期六	下午 3点	每月
午后的旋律	蓝宝石组	星期六	下午 3点 - 4点	每月
咖啡吐司时间	创价学会	第二个星期日	上午 10点 - 中午12点	每月

## 日间护理

坐式太极	陈彦生先生	星期一	上午 11点 - 11点45分	每周
社交和认知活动	托福园日间护理义工	星期二	下午 1点半 - 3点	
		星期四		
		星期五		
Lim Kopi 活动	托福园义工	星期五	上午 10点 - 10点45分	
坐式运动	萧明珠小姐 Subathra Balasundram 小姐	星期五	上午 11点 - 11点45分	