

今日保良

— PLK Life —

ISSUE
01

2024

JULY



超越勝負



保良局
PO LEUNG KUK

眾心行善

以人為本



保良局的年度主題是「以人為本，眾心行善」。當中的「善」字，既有善事的意思，亦包含善用資源之意，期望以此成為本局同人的目標，以服務受眾為先，連繫各界眾心行善，積極善用資源，帶來深遠的協同效應。

自四月上任至今，我參與了保良局各個服務單位大大小小的活動，見證著團隊眾心行善、與服務受眾攜手經歷多個點滴——本局開展了「幼小同盟」政策，讓屬下幼稚園及小學共享資源，今年更開創幼小校長與家長同行系列，結集幼小校長以及業界專業人士，為家長帶來多元化的講座及知識分享，促進家校緊密合作，啟發家長探索更多親子相處技巧，創造孩子健康愉快的成長環境；本局早前舉辦的聯校兒童藝術展，除一貫鼓勵幼兒創作外，亦跨界別讓幼兒與長者一同進行藝術創作，推動長幼共融，讓幼兒透過藝術表達自己的情感，同時學習敬老文化，承傳中華傳統美德；本局早前亦首辦 Young IMPACT MAKERS 創客活動，招聚及培訓青年人為社會問題建議創新方案，並嘗試實踐執行，激發青年才能，服務弱勢群體。

縱然保良局每項服務受眾不同，涵蓋長幼傷健，但服務團隊堅守的理念精神卻是如一，以人為本、團結合力、延展愛心，形成廣闊的行善網，同時不斷創新，力求超越突破。我相信只要每人在每事力求持續進步，每日做好一點，為社會貢獻多一點，社會就會變得愈來愈美好。

今期《今日保良》主題是超越勝負，誠邀大家一同細閱，感受保良局團隊如何透過運動這媒介，提供以人為本、不斷突破、持續進步的服務。

龐董晶怡

龐董晶怡
保良局主席

目錄

主席分享	3	以人為本 眾心行善	3
專題一 引言	4 - 5	盡情競技 超越勝負	4
專題故事	6 - 7	平等參與 同享運動樂趣	6
	8 - 9	找對地方 就會發光	
	10 - 11	「拋」開勝負 「攬」出友情	
	12 - 13	盡力而為 享受其中	
	14	總結	
保良 FAQ	15	阻你三分鐘 保良 FAQ	15
「保」物圖鑑	16	心靈水桶	16
	17	大「鑊」	
計劃背後	18 - 19	快樂共享玩具 提升兒童六大範疇能力	18
	20 - 21	保良局 ONE23 舞團 拓闊學生眼界	
	22 - 23	保良局安寧服務 陪伴晚晴長者度過最後時光	
保良精神	24	感恩知德 — 萬里尋根 前局童越洋回港尋身世	24
	25	延展愛心 — 由「被愛」至「愛人」特殊學校畢業生分享	
	26	保良之友登記表格	
	27	鳴謝	

更新地址通知

姓名 _____ 先生 / 女士 / 小姐

職位 _____

機構 _____

電話 _____

地址 _____

請於適當空格加✓號

本人不願意接收《今日保良》印制本。

網上版本可以直接到 www.poleungkuk.org.hk/plk-today 觀看。傳真：(852) 2890 3168

如對《今日保良》內容有任何意見，歡迎電郵給我們

如需要更改地址或作其他更改，請傳真至 2890 3168。
如無法投遞，請寄回香港銅鑼灣禮頓道 66 號保良局
企業傳訊及公關部收。

立即捐款



出版：保良局
編輯：企業傳訊及公關部
電話：(852) 2277 8238
電郵：media@poleungkuk.org.hk

盡情競技 超越勝負

四年一度的體壇盛事——奧林匹克運動會今年舉行，掀起城中熱話。回溯當初，奧林匹克運動會發起人古柏坦以「團結、和平與友誼」為宗旨舉辦運動會，期望各國藉著運動競技能體現「了解、友誼、團結、公平競爭」等精神。在比賽中獲勝固然令人高興，即使落敗也並非一定令人沮喪，因為在比賽過程中也可以收獲比勝利更珍貴的東西。



1968年墨西哥城奧運會，來自坦桑尼亞的馬拉松選手阿赫瓦里越洋而來參加比賽，然而，他在比賽中摔倒了，導致膝蓋受傷、肩膀脫臼。儘管如此，他並未放棄，仍堅持不懈繼續比賽。當夜漸深，頒獎典禮結束後，大會才發現阿赫瓦里仍在賽場上奮戰，最終他在觀眾的掌聲中完成賽事。雖然阿赫瓦里沒有贏得比賽，但他的堅毅精神卻得到了世人的讚揚。

回望今天，在競爭激烈的香港，運動、學習、生活、工作中「爭取第一」彷彿是主旋律，但阿赫瓦里的故事卻提醒我們，在勝負之外、得失之間，還存在著許多珍貴的價值和意義，當我們細看，便發現一直存在。

保良局也透過不同運動項目來服務受眾，當中在競技場上全力以赴的同時，也展現出超越勝負的意義：父母身體力行與特殊幼兒參與運動，同行踏出每一步突破；主流學生與有特殊學習需要學生組隊成為欖球 Buddy，踢走標籤、「欖」出友情；基層青年獲訓練成為新興運動匹克球的教練，走出負面情緒，更走出香港參與國際賽事；身處不同社區的社工及前線同事換上球衣，在足球場上放下工作壓力，同心為保良局出賽，享受不分高低的快樂足球。



▲ 幼兒與家長一起體驗各類以特色奧運項目為主題的攤位遊戲。

颯爽的騎姿、繩緊的弓弦、高舉的球桿，空氣彷彿在這一瞬間凝固，迎接一觸即發的比賽。這些競技項目會否讓你想到即將舉辦的巴黎奧運會？其實這個「奧運會」在香港舉行，而參賽選手並非精英運動員，而是特殊學習需要幼兒與其家長。他們的姿勢、力量、技巧不能媲美專業運動員，但是各人在賽場上也全力以赴！

運動對幼兒成長十分重要，惟不少家長的重心往往會放在幼兒的學習和認知能力上，容易忽略體能鍛鍊。適逢四年一度的奧運會將至，一直重視幼兒體適能發展的保良局幼兒服務團隊舉辦了首屆「保寶親子奧運會」，吸引近 400 位有特殊學習需要的幼兒及其家長同場競技。治療師團隊重新設計了屬下幼稚園暨幼兒園及特殊幼兒單位的日常訓練課程，模擬奧運項目，將幼兒及家長凝聚在一起，讓他們在能力範圍內，也可盡情享受運動的樂趣和好處。

運動會分為競技比賽及體驗攤位兩部分，幼兒和家長組隊在體操、模擬馬術、跳遠及跑步四個競賽項目上力爭最好表現；他們亦可以在專業治療師的指導下，試玩地壺球、划艇、高爾夫球、射箭等特色奧運項目，以發掘幼兒對運動的興趣。

這個奧運會的目標不在於一決高下、分辨勝負，而是希望幼兒可加強體能鍛鍊，發掘自己的運動興趣之餘亦為日後成長打好基礎。身兼資深物理治療師的保良局鄭祖茵服務經理表示，幼兒參與運動的好處多多，可加強小手肌及肩膊穩定性，令執筆等細微動作更穩定，亦可在團體運動中提升社交能力，更可訓練到抗逆能力。



▼ 幼兒代表傳遞「奧運會」聖火。



▲ 近 400 位幼兒及家長一同參與活動，十分熱鬧。

平等參與

同享運動樂趣

▼ 400 位幼兒和家長一同參與不同奧運競賽項目。



「我今日最鍾意射箭嘅攤位，感覺好新鮮。」當就讀屬下幼稚園暨幼兒園 K3 的小惠和媽媽共同體驗從未挑戰過的體育項目時，顯得架勢十足，活脫脫像一個小小運動員。雖然開朗好動的小惠曾被診斷為發展遲緩，但在接受了保良局團隊的治療後，她變得更愛運動，學習亦更專注，亦在足球班上認識到新朋友。

職業運動員在賽場上的爭分奪秒固然刺激，但在勝負之外，運動的魅力從來不只是追求「更快更高更強」，而是如奧林匹克憲章中所說「每個人應有機會參與運動，並在經由沒有任何形式歧視，及注重友誼、團結與公平競爭為基礎的奧林匹克精神共識下從事運動」。對於各特殊需要幼兒和家長參與者來說，在不設個人獎項的保寶親子奧運會上組隊，齊心協力完成各項挑戰，當中展現的自我挑戰的精神，正是奧林匹克真諦的完美演繹。



▲ Owen(圖右)與隊友在香港匹克球精英盃獲得男雙組別冠軍。

「因為運動令我重拾對生命的熱情。」現年 21 歲的 Owen 在一次社區活動中接觸到像網球和羽毛球合體的新興運動匹克球，自始人生開始改變。

Owen 現時正就讀專上學院，他從小患有專注力缺乏及過度活躍症 (ADHD)，難以集中精神，早年亦因學業、家庭情況等因素導致精神健康情況欠佳，患有多項情緒病，並需持續覆診。當時的 Owen 遇到難關時不知如何處理，有時候會情緒崩潰，甚至試過自殘。



▲ Owen (右二) 完成了白天繁忙的學業後，在晚上積極參與匹克球助教課程。

找對地方

在 2020 年的一次機緣巧合下，Owen 在保良局田家炳青少年及家庭發展中心的社區推廣活動中開始接觸匹克球，並對這項運動慢慢產生興趣，再透過中心的支援建立恆常的訓練日程。在匹克球訓練的過程中，Owen 深信自己遠比想像中更有價值。在 2023 年 2 月，Owen 勇敢挑戰自己，參加了多個全港或國際賽事，更在泰國匹克球公開賽中獲得男雙組別亞軍，同年 4 月亦在香港匹克球精英盃獲得男雙組別冠軍，成績十分驕人。

就會發光

一場場比賽的歷練，練成的不單是球技，還有 Owen 日漸堅定強大的心智，找到獨一無二的自己。在保良局職員及球隊隊員的用心陪伴下，Owen 在近一年的定期訓練中，情緒病發病率都有所降低，在面對生活挑戰時，如考試壓力、失戀、家人患病等，他都會嘗試自己解決，學習控制情緒及克服壓力。

Owen 不但在運動中啟發了自我，還為他的人生寫下新的篇章。他由感到迷茫，對生活缺乏動力，變成願意與隊友分享情緒，做事亦更專注。Owen 指從與隊員互相分享中得到鼓勵及支援，自己亦更有動力堅持下去，並能以清晰的頭腦分析問題及應對難關。為了鼓勵青年發掘才能，保良局資助 Owen 完成匹克球助教的證書課程。現時成為了匹克球助教的 Owen 亦不忘初心，不時會返回社區教授匹克球，用自己的能力回饋社會。

去年 Owen(中)與隊友遠赴台灣參加亞洲盃匹克球錦標賽，增加國際比賽經驗。



▲ 現為匹克球助教的 Owen 到保良局李兆基青年綠洲教導青年人打匹克球，將對運動的熱情傳給一眾青年。

Owen 的故事並不是孤例，在匹克球活動之外，保良局田家炳青少年及家庭發展中心亦一直發展各項新興運動包括旋風球、木棋、圓網球、飆速盤及地壺球等等。學員過去曾參加了 18 項本地及海外不同的新興運動比賽，獲獎 8 次；亦舉辦了教練及助教課程，培訓多位青年成為新興運動教練與助教，讓他們發揮潛能，找到自身興趣及人生方向，透過新興運動將正能量與愛感染身邊人。





「拋」開勝負

將欖球觸地達陣，是欖球員得勝的方式。

但這群小小欖球員卻經常將與勝利掛勾的欖球拋出去，務求送到隊友「Buddy」手上達陣，而即使欖球落地失分，臉上也不見埋怨失望。表面看似失敗受挫，原來背後收穫甚豐。

保良局自 2018–2019 學年起舉辦「保良百·錦欖出友情 Buddy Rugby」——全港首個共融欖球計劃，並獲得善心企業 Ageas 及橄欖成長基金支持，安排屬下主流學校錦泰小學與特殊學校陳麗玲（百周年）學校的學生一起成為「Buddy」學習欖球。相關欖球的規則和場地範圍經過簡化和調整，並加入視覺指示，利用遊戲方式來設計訓練，更適合不同類型學生一同參與。

就讀保良局錦泰小學六年級的司徒子洋與王致晴今年參與了計劃，與來自陳麗玲（百周年）學校的黃煒瑋成為了「Buddy」。子洋與致晴坦言以往未曾接觸過特殊學校的學生，剛開始也十分尷尬，不知道如何溝通相處，「但玩欖球後，發現煒瑋他們的能力不比主流學生差，有好多同學跑得好快！」煒瑋則表示除了享受和「Buddy」一起練習欖球外，也喜歡大家一起在聖誕節開 Party！



▲ 各位欖球 Buddy 拍下即影即有相片留為紀念。

陳麗玲（百周年）學校李麗貞老師表示，共融欖球計劃透過運動將特殊和主流學生連成一線，打破彼此的隔膜，過程中亦讓學生透過 Fun Day 友誼比賽、觀賞國際七人欖球賽等擴闊眼界，更重要的是令同學透過每次訓練、每次合作、每次比賽，改善溝通技巧或對事物的看法：「部份同學不懂表達自己，看勝負得失很重，可能有少許不如意或失敗，例如上課答錯一條問題便發脾氣，但經過計劃後他們會知道不一定每次都是自己贏，懂得從失敗中學習，下次便能進步。」

錦泰小學林家慧老師表示，外界可能以為一定由主流學校學生「幫助」特殊學校學生，但實則同學們能在「Buddy」身上學習到很多超越勝負的體育精神，「有特殊學校 Buddy 可能理解教練的指示比較慢，或掌握不到拋球力度大力擲向隊友，但原來可能他們的運動細胞十分發達，主流學校同學慢慢學懂如何欣賞他人的優點，也會學習思考如何運用自己的力量幫助 Buddy，例如言語溝通不明白，便親身示範教 Buddy 各種技巧。」

撕開了標籤、抹走了誤解，剩下的便是一群精力充沛的青年人一同享受運動。達陣後的擊掌鼓勵、失球後的搭肩安慰，每次訓練也一如計劃名稱「欖出友情」，欖球內盛載的不是高低強弱論得失，而是包容、理解、合作與珍貴的友誼。

「欖」出友情



▲ 同學們一起參與 Fun Day，並與香港欖球隊合照留念。



▲ 錦泰小學各同學畢業在即，他們與欖球 Buddy 一同在欖球紀念品上簽名畫畫，紀念這段特別回憶。



▲ 致晴（右）是煒瑋（左）的好 Buddy，同時也是小教練，提示煒瑋如何順利達陣。



▼ 嘉豪高舉獎盃，與隊友們一同慶祝。

盡力而為 —— 享受其中

2024年6月23日下午6時前的五分鐘過得特別漫長，保良局足球隊在社工盃領先對手一比零，時間還餘下五分鐘，隊員氣力已用盡了，可換的隊員已出場了，出場的在咬緊牙關，場邊打氣的在屏息以待。球證鳴笛一響，保良團隊一湧而上慶祝這失落了三屆的社工盃，在上屆冠軍手上贏得了這項重要的賽事。

「我哋盡啦，可以用嘅都用曬！」一位隊員激動地說。他說得準確，保良局足球隊不是職業球員，成員均來自保良局在不同社區的服務單位，喜歡足球所以因緣際會成為了隊友；各隊員也在忙碌的前線工作及社區服務崗位中抽時間練習及參賽，決賽當天有球員剛完成3天2夜青少年營會趕來，也有球員要完成另一項比賽才能夠來參賽；在33度高溫的賽場上，各球員全力以赴，為身邊隊友而戰。



▼ 阿飛在場邊與隊友討論出場安排。

在競技場上，勝負固然重要，但在阿飛及保良局足球隊眼中，盡力而為背後，享受其中更為重要。

「我哋個足球群組由成立開始就叫『開心足球』，我哋真係好鍾意踢波，呢度無機心，不分高低。」見證保良局足球隊成立及所有高低經歷的社會服務總幹事阿飛娓娓道來這個屬於男士們的小天地。「當年幾個鍾意踢波嘅，放工就喺附近book場踢，漸漸喺不同單位有更多同事參與，湊夠咗兩隊可以比賽。好記得有一次8號風球，同事提早收工，我哋成班男人喺風吹雨打下踢波，呢個亦都成為我哋最難忘開心嘅回憶。」

「同事工作已很忙碌，所以足球隊目標唔係要不斷訓練、進步去爭勝，而係希望讓佢哋享受其中。」這些年來，足球隊有人因離職而退出，有新血加入，有成員因學習或家庭因素減少出席，但這沒有影響足球隊的相聚及比賽。「希望無壓力下同事聚埋一齊，幾時番來，黎多黎少，最緊要享受足球！」

嘉豪是另一位保良局足球隊元老，多年來接近從未缺席練習，更落力支援球隊所有行政工作，由訂場、買物資、製作球衣一手包辦。隊友為表尊重，更推舉嘉豪代表捧盃。

「願意做所有行政工作，唔介意做多少少，係因為好想隊友可以無壓力下有波踢。參與球隊接近9年，我會用『承傳』去形容保良局足球隊，雖然社工流失率偏高，隊友因此人來人往，但無論係老鬼或者新血，我哋都傳承住『開心足球』，好開心可以一齊好團結咁踢波！」

這種足球魂，在決賽高溫的賽場上，比陽光更猛烈，這天，有離開了甚至移民了的前隊友回來打氣，感覺仍是一體，仍像那天還未有球衣便「柴娃娃」組隊的戰友、仍像在颱風下很青春的不肯離開球場的戰友、仍像互相安慰、一同慶祝、同歷高低的戰友。

在競技場上，勝負固然重要，與有共同經歷的戰友一同追逐勝負、享受其中，這比勝負來得更為重要。



總結

運動場上理應有爭勝之心，但追求勝利卻不應是運動的全部。

在盡力追求勝利的過程，在推動自身進步的同時，我們要緊記運動的初衷，以及運動的其他美好價值。

正如在這專題介紹了的運動故事，在運動的過程中，我們能收獲各種不同的「禮物」：透過運動，破除誤解促進共融社會，建立友誼；透過運動，發掘自我，突破自我；透過運動，展現何謂團結精神。

讓我們拉闊視野，在追求勝負的同時，留意競技場上的其他精彩瞬間。不論是運動員的汗水，還是隊友的同心協力，或是同行者的吶喊支持，這些「禮物」也超越勝負，更珍貴，更動容，更點亮你我的生命。



阻你 3 分鐘

保良 FAQ

疑問？

在籌款節目見到很多**捐款**，還有**大額支票**，
還需要**我的支持** 嗎？

補充番：

1 感謝各界善長支持，讓本局可善用資源去維持及創新服務

3 過去一年，本局的行政開支只佔總營運開支 **2.84%**，屬非常低水平。
而所有籌募活動的開支則由董事會成員承擔，確保善長捐款可全數用於服務上

2 過去 3 年，本局每年平均**服務人次達 180 萬**，有超過 **300** 個服務單位，當中更有**多項自資服務**，涉及龐大服務開支，需要更多資源貼心服務市民

4 本局有龐大服務網絡及跨專業團隊，帶來更大協同效應及服務效益，讓善款及資源可最大化地善用

5 受《保良局條例》(香港法例第 1040 章)管轄，確保服務運作及善款運用有完善監督

我們極需要你的同行，眾心行善，帶來以人為本的服務，讓有需要的幼兒、青年、長者及家庭受惠。

請支持



8月10日
星光熠熠耀保良



8月14日
保良局賣旗日

心靈水桶

每個人的內心都有一個無形的水桶，當水桶盛滿水時，我們便會心情愉快。保良局屬下幼稚園及小學現正推行正向教育，在校舍或班房內設立「加水站」角落，推行「加水」活動——意思是指鼓勵小朋友主動對人關心、感謝、鼓勵和欣賞別人，讓小朋友學習表達善意，作正面積極的行為，幫助別人為其內心的水桶「加水」，傳遞愛與感謝。

小朋友彼此讓「心靈水桶」加滿，讓自己和別人同樣感到快樂，以及滿滿的幸福感和正能量。從小培養幼兒做「加水」好行為，能有效幫助幼兒與人建立互信，互助和互愛的正向人際關係。

- 抗逆力**
- 正能量**
- 保濕度**

大「鑊」

保良局中座大樓上層為兒童家舍，而地下設置大廚房及飯堂，供應留局兒童每日膳食。要處理的食物量龐大，廚具也相應「巨大化」，例如炒菜用的圓形大「鑊」直徑有 1.3 米，滾湯、炒餸一樣得。

為了讓兒童每天都能享用新鮮又美味的食物，廚師姨姨每日由早上 6 點開始準備早餐，9 點至 11 點半預備食材及烹煮午餐，4 點半便要預備好晚餐，更要預備宵夜及湯水，期間工序由洗菜、切菜、烹煮、洗碗、採購食材及收貨等通通一併處理，也要檢視食物品質和確保廚房清潔衛生。

餐膳是按照及參考社署兒童營養食品指引，同時也考慮菜式的多樣性、兒童的口味及需要、健康情況等去設計餐單，並會取得醫生意見，確保局內超過 300 個兒童食得健康、食得滋味～

- 營養系數**
- 戰鬥值**
- 防禦力**

快樂共享玩具

「媽咪爹地，我要買玩具！」相信不少家長聽到這句說話便會十分頭痛。即使家庭經濟條件容許家長不停購買新玩具，但香港居住環境空間普遍十分有限，一不留神家居或會變成凌亂不堪的「玩具屋」。

保良局於 2011 年開展流動玩具圖書車服務，車上有超過 100 款有利幼兒成長的玩具，張以茵助理社會服務總幹事表示不少基層家庭缺乏資源為兒童提供不同款式的玩具，所以玩具圖書車主要遊走於港九新界公共屋邨，每星期定期走訪不同地區，讓兒童免費試玩及租借玩具圖書，提倡環保共享的理念，讓幼兒學會珍惜玩具，保良局的專業團隊亦會為家長提供意見，協助其挑選合適兒童發展的玩具。

玩具於兒童成長過程中擔當重要一角，可讓他們寓學習於玩樂。玩具圖書車內分別設有兒童成長六大範疇能力的不同區域，包括大肌肉、小肌肉、言語、自理、認知及社交，東涌兒童綜合服務中心鄒承志社工表示每一樣玩具都有助小朋友提升不同的能力，重點在於家長或老師如何引領他們理解和操作玩具。「即使有特殊教育需要的小朋友，家長也可按他們的能力挑選玩具，同時按需要調整玩法，幫助他們提升相對較弱的能力。」

社區玩具共享是流動玩具圖書車的發展理念，凝聚不同階層、種族及能力的兒童一起分享玩具，向市民大眾傳遞所有兒童皆有均等權利玩玩具的信息。有些不相識的小朋友，不論種族，會因同時在車上玩玩具而展開對談，尤其獨生子女，可與其他小朋友一起玩對戰玩具，增加了他們社交的機會。

提升兒童六大範疇能力

流動玩具圖書車

Mobile Toy Library

小朋友在車上玩都要自行收拾及擺放好玩具，培養小朋友的責任感。

解開門鎖玩具可以幫助幼童小肌肉發展。

小朋友可透過了解不同的情緒表情提升社交能力。

流動玩具圖書車卓越性能 /

玩具種類	★★★★★
經濟環保	★★★★★
快樂指數	★★★★★
能力提升	★★★★★

流動玩具圖書車也會走訪不同學校，宣揚玩具共享的理念，以及透過專業團隊，如言語治療師及社工等向家長及教師提供講座培訓，講解如何利用玩具幫助小朋友發展成長。張以茵助理社會服務總幹事希望日後可以招募企業義工到訪特殊幼兒中心、兒童發展中心等，透過不同的遊戲互動，讓更多公眾人士掌握「玩」玩具的技巧，以及加強他們對有特殊學習需要兒童的認識。

了解更多流動玩具圖書車服務

舞團成長歷程



2022 年 8 月

2021/22 學年第一屆作品
「保良局歷史博物館」
 演出地點：保良局中座大樓



2023 年 3 月

2022/23 學年第二屆作品
「與龍達陣」
 演出地點：香港大球場



2023 年 6 月



「和諧之蹈」
 演出地點：屬下小學聯合畢業典禮



2023 年 12 月

2023/24 學年第三屆作品

「愛傳承」
 演出地點：中環街市



2024 年 7 月



「愛傳承 2.0」
 演出地點：元朗劇院



■ 來自本局屬下 11 間中學、小學及特殊學校的 22 位舞團學生一同參與是次深圳交流活動。

保良局 ONE23 舞團 拓闊學生眼界 踏出突破舞步

公眾對於特殊學校學生或會有既定印象，甚至標籤，正如就讀第一張永慶中學中三的黃竣鍵同學，在加入「保良局 ONE23 舞團」前，也會覺得特殊學校學生難與主流學校學生相處，「但加入舞團後，發現其實他們的能力都很高，非常容易相處。」

「踢走」負面標籤，這正正就是舞團成立背後的初心與目標。

「保良局 ONE23 舞團」成立於 2021 年，為本局首個跨校、跨年齡、跨傷健的共融舞團。舞團由最初 6 間屬校代表組成，至今發展至 22 間屬校參與，成員人數近 60 名學生。舞團致力創作出以「實踐關愛共融」為主線的原創舞蹈作品，讓主流與特殊學校學生實踐共融，彼此相處及學習，互相尊重，培育學生正確價值觀及積極正面的態度。

竣鍵是首批加入舞團的成員之一，他坦言當初加入是因為得知這個舞團能認識到來自不同背景的同學，尤其是特殊學校學生。他更因為舞團而與特殊學校學生成為了好朋友。「敬奎是一位來自特殊學校的學生，是我在舞團中最要好的朋友，他和我一樣都十分熱愛跳舞，日常我們亦會通電話保持聯絡。」



■ ONE23 舞團於深圳玫瑰海岸排練「愛傳承 2.0」。



■ 交流活動結束當晚，竣鍵（左二）一如往常與敬奎（左一）及舞團成員聚餐。

舞團不但拉近了主流與特殊學生的距離，更帶領他們迎來了多次突破。舞團曾參與多個公開場合的大型演出，包括香港國際七人欖球賽開幕禮、The Mills 南豐紗廠表演、保良局 145 周年「愛傳承 ❤ Love Legacy」等。早前，舞團更首次踏出香港，到深圳市正德高級中學與當地學生交流，分享共融信念。

竣鍵很開心能參與是次深圳交流活動，他亦很珍惜每次與舞團成員相處的時刻。「今次交流演出是我升班前最後兩次的表演，能夠與舞團成員在舞台上表演真的好開心，一幕幕跳舞回憶仍然歷歷在目。這舞團豐富了我的初中生活！」「保良局 ONE23 舞團」不單讓特殊及主流學生認識舞步，更學習到如何同步。由認識到珍惜，由相處到相知，拓闊了他們的眼界，同時拉近了人與人之間的距離。



保良局安寧服務 ——陪伴晚晴長者度過最後時光

生老病死是每個人無法避免的過程，當生命步向終點，身體或受病痛折磨，更會影響心理狀況。安寧服務的目的是為晚期患者減輕身體上的痛苦和緩解不適的症狀，同時減少他們頻繁往返醫院的困擾，讓他們有選擇並有尊嚴地走完人生最後一段路。

「長者害怕孤獨，我們需要多跟他們聊天」

保良局樂安居暨耆盛長者日間護理中心於2016年開始參加「安寧在院舍計劃」，向合資格的長者提供紓緩治療及臨終照顧服務。參與計劃的長者可以選擇在院舍離世，家屬更可以在安寧房內陪伴他們度過最後的時光。照顧即將離世的長者是一項艱鉅的任務，護理主任賴美暖姑娘表示，照顧工作的重點在於溝通和關懷。「家人常常會擔心院友的身體狀況，而我們作為家屬與長者之間的橋樑，需要定時並且詳盡地告知家屬長者的情況，避免家屬感到徬徨。」賴姑娘續說：「此外，長者害怕孤獨，我們需要多跟他們聊天，了解他們的心事和需要。長者不善於表達感受，有時即使身體感到疼痛，他們都未必能表達出來，因此需要依靠醫護人員洞察他們的需要。」



▼ 護理主任賴美暖姑娘閒時亦會與長者聊天談心。

籌備。然而，好景不常，林伯伯的身體狀況突然轉差，賴姑娘和其他同事商討後，決定先在中心為林伯伯舉辦一場小型生日會。「雖然慶祝地點與想像中不同，但最重要是親友『齊齊整整』，家人和職員可以聚首一堂，與阿爺一起唱生日歌、吃長壽麵。還記得當阿爺看到那麼多人跟他慶祝生日時，他非常開心呢！」儘管已經舉辦了生日會，但院舍的同事們仍然不忘林伯伯想在酒樓舉辦生日宴的願望。「阿爺現時不方便四處走，所以我們將日間中心裝飾成酒樓，再由酒樓運送食物過來，希望盡量滿足到阿爺的心願。」然而，在生日前夕，伯伯和家人仍然希望能如願到酒樓慶祝生日，而樂安居的職員們也不辭勞苦地立即安排了一切。「在生日會當天，我們按照阿爺的意願準備了豐富的晚宴，亦邀請了親友。當他看到願望成真時，他的笑容真的是藏不住。」

安寧照顧工作需要面對生死，與一般醫護照顧工作有明顯分別，故此樂安居會向員工提供周詳的培訓計劃，包括體驗工作坊、前線同工培訓、實地指導和恆常的小組支援服務，以確保員工對工作有充分了解和準備。賴姑娘分享接觸安寧照顧工作後的感受：「每逢看到長者離世，我都會感到難過和不捨，但同時也很欣慰他們能夠安詳地離世，而家屬對我們服務的認同，也令我更肯定安寧服務的重要性。」



實現臨終心願：意義非凡的生日會

年近八旬的林伯伯（化名）近年入住保良局樂安居，接受安寧服務。賴姑娘是照顧他的護士之一。「林伯伯對待我們就像對待孫子和媳婦一樣，而且他為人和藹可親，我們都把他當作爺爺般對待。」除了日常照顧，賴姑娘在閒暇時還會和林伯伯聊天談心，尤其他們是同鄉，在相處上特別融洽投契。「除了聊家鄉點滴，我們還會談『子女經』。有一次我提起照顧子女的煩惱，阿爺對我說了一句『兒孫自有兒孫福』，提醒了我。」後來，林伯伯透露他想在酒樓舉辦一場盛大的生日會，邀請親友參加，院舍上下於是立刻開始

感恩知德、

萬里尋根 前局童越洋回港尋身世



▲ 陳教授與家人及保良局職員於中座前合照留念。

現居於美國的陳偉傑教授自出生便在保良局居住，直至四歲時才被領養至美國。轉眼三十多年過去，陳教授不但學有所成，而且已經成家立室，在這個人生里程碑，他開始追尋自己的「根」。

經過十年鍥而不捨的追尋，陳教授在今年終於尋得生母身份，可惜發現生母早已離世。得知陳教授情況後，保良局積極協助，修補了陳教授兒時的人生拼圖。早前，陳教授來臨本局了解當年住宿情況，順道帶同妻子參觀兒時居住的兒童家舍。

「今次特意帶同家人一起回局，希望能讓他們了解我兒時的生活環境。」家舍、走廊、廚房、遊樂場，一磚一瓦都牽引著陳教授回憶的階梯，尋回他昔日的生活痕跡。「雖然現在我對家舍的回憶有點模糊，但每當我看舊照片時，都會觸動到我的心扉。特別是今次能重遊家舍，對我來說意義非凡。」他續言：「我從照片中笑容滿臉的自己，看得出保良局的職員非常關愛住宿兒童，我亦非常感謝他們細心照顧年少的我。」

千里迢迢遠道而來追尋身世，此刻答案就在眼前，陳教授難掩緊張之情。在消化資料之後，他終於如釋重負。「感謝保良局的幫助，我很開心可以收到當年住家舍時的文件，了解到當年的住宿情況。」翻閱當年的入住記錄，陳教授亦了解到更多生母的背景，他說：「知道生母的背景後，心裏很難過，原來她當時的生活並不容易。」現時陳教授仍努力找尋生母最後一任丈夫，希望從他的口中了解更多生母的為人。「未來幾個月也會再來香港，追尋更多記錄。」

保良局秉承「保赤安良」的宗旨，自創局以來一直向有需要的住宿兒童提供 24 小時全面生活照顧及多元化服務，以協助其健康成長及培養良好品德，重建及連繫與家人關係，直至回家團聚或獨立生活。



▲ 陳教授與家人細看自己的身世資料。



▲ 保良局的遊樂場至今仍載滿小朋友的歡笑聲。

延展愛心

由「被愛」至「愛人」特殊學校畢業生分享



▲ 敬奎（右）及海港（左）搭擋表演精彩的雙人舞，表現毫不怯場。

「我最唔捨得係老師同埋同學。」

「我喺學校參加咗好多唔同活動，希望以後同老師同學保持聯繫。」

在六月明媚的陽光下，來自保良局陳麗玲（百周年）學校的淑嬪及敬奎，連同其他屬下特殊學校學生來到保良局總局參加他們的畢業禮。特殊學校既要傳授知識，亦要兼顧學生全面成長，學制可達十年以上。轉眼間，學生已學有所成，搖身一變成為畢業生，邁向人生新里程。

「我最難忘係做歷奇活動主持，令我講嘢都大聲咗，以後都想試多啲！」擁有甜美笑容但稍稍害羞的淑嬪，在老師鼓勵下，在校內參與過無數活動，如今已能自信地帶領幼小學生完成挑戰活動。

甫完成畢業舞蹈表演的敬奎就顯得更加健談好動。

「我好好彩遇到一位跳舞老師，佢將我由一個精力無處發洩嘅馬騮仔變成熱愛跳舞嘅學生，後來仲入咗 ONE23 共融舞團，同主流學校學生一齊跳舞，參與唔同演出。」



▲ 魏子嫣老師（中）見證畢業學生的轉變，亦協助同學求職，心情既欣慰又不捨。

漫漫求學路上，無論是校長和老師提供機會發掘敬奎的舞蹈才能，還是媽媽十年如一日陪淑嬪上學，師長親友的支持都是不可或缺的動力。由「被愛」至「愛別人」，兩位同學都想在投入工作後報答家長；而敬奎除了想精進舞蹈技巧外，更希望擔任義工導師，讓更多特殊學生都能學懂跳舞！



▲ 淑嬪（中）在校內積極參與共融欖球計劃，身心得到全方面發展，更獲電台訪問，分享經歷。

保良之友登記表

填妥後請寄交香港銅鑼灣禮頓道 66 號保良局善業拓展組
或電郵至 friends@poleungkuk.org.hk
查詢電話：22778500

捐款形式

每月捐款 一次性捐款

請在適當方格內加上「✓」及刪去不適用者

捐款金額

HK\$100 HK\$200 HK\$300 HK\$500 HK\$1,000 HK\$3,000 其他 _____ (最低捐款額\$100)

捐款者資料

中文姓名 _____ (先生/女士/小姐)

英文姓名 (Mr/Mrs/Miss) _____ 出生日期 | | | | 月 | | | | 日

收據抬头 同上 其他(請註明) _____

電話 _____ 傳真 _____

地址 _____ 本人願意以 保良之友活動資訊

電郵 _____ 電郵方式收取 捐款收據

以上捐款由 _____ (保良局現屆董事會成員芳名) 經募。(如適用)

如何得知保良之友 網頁 電子郵件 社交平台 網上廣告或搜尋器 報章雜誌廣告/報導

捐款計劃 刊物 電視電台 戶外廣告 宣傳海報/單張 親友介紹 其他 _____

善款運用 (請選擇一項)

由保良局分配予最急需支援項目 青少年服務 安老服務 康復服務

醫療服務 教育服務 家庭及幼兒服務

感興趣之保良之友活動 (可選擇多項)

文化活動 康樂活動 講座及研討會 義工活動 參觀服務單位/工作坊 其他 _____

捐款方法

信用卡 VISA MasterCard

信用卡號碼 | | | | - | | | | - | | | | - | | | |

有效日期至 _____

持卡人簽署 _____

銀行帳戶自動轉帳 (直接付款授權書請於計劃網頁下載)

劃線支票 - 支票抬頭「保良局」*只適用於一次性捐款

銀行名稱 _____ 支票號碼 _____

銀行入數紙 *只適用於一次性捐款

滙豐銀行 : 002-239564-006

恒生銀行 : 262-191166-001

中國銀行(香港) : 012-875-00206767

上海商業銀行 : 32882-18927-8

星展銀行(香港) : 016-494-470155920

交通銀行 : 382-545-93067706

個人資料收集聲明

此表格上之個人資料除作上述用途外，保良局將不時透過直接郵遞、電郵、電話、手機短訊、通訊應用程式及傳真等途徑，向閣下提供有關保良局動向、服務推廣及籌募活動等的資訊，如不擬收取，請在下方方格內加「✓」號後交回香港禮頓道 66 號保良局，或電郵至 cd@poleungkuk.org.hk 以便跟進。

本人不欲收取任何保良局的宣傳資訊。

本人已閱讀、了解及接納保良局有關收集、使用及提供個人資料的通知。

簽署 _____ 日期 _____

- ◆ 捐款港幣一百元或以上將獲發捐款收據。
- ◆ 捐款過數日：填寫登記表格者，以每月 16 日為過數日；網上登記者，以登記當日為每月過數日。如遇公眾假期時，捐款過數將提早一天辦理。
- ◆ 如表格於過數日前五個工作天收到，有關更新將於當月生效。
- ◆ 捐款收據於每個財政年度完結後寄出。
- ◆ 使用信用卡作持續捐款者，如欲終止捐款，請電郵至 friends@poleungkuk.org.hk 或致電 2277 8500 通知保良局善業拓展組以便辦理。

1/3/2024-31/5/2024 捐款一萬元或以上之捐款人

善長芳名	金額	善長芳名	金額	善長芳名	金額	善長芳名	金額
陳黎惠蓮顧問	2,188,000.00	胡偉民主席	61,000.00	何浩先生	22,500.00	吳俊傑先生	11,250.00
上海商業銀行	2,090,339.24	郭李宛群主席	61,000.00	渣打銀行 (香港) 有限公司	22,500.00	Mr Shum Chi Ka	10,803.00
Ms Kam Wal Sheung	1,800,000.00	Lee Pui Yu Joanna	60,000.00	黃松天先生	22,500.00	Miss Chan Chung Sze	10,500.00
The Late Madam LEUNG CHEUNG Fung Ying	1,500,000.00	胡嘉瑜女士	58,000.00	Chiu Yuk Fan Carman	22,000.00	Miss Tsang Tik Man	10,500.00
梁安琪慈善基金	1,348,000.00	唐尤潔妍博士	57,000.00	王阿圓	21,461.00	Mr Ding Tsang Ngai David	10,500.00
倪文玲女士	1,150,000.00	蔡德勵先生	55,460.00	Miss Ho Choi Ting	21,000.00	Ms Fung Flora	10,500.00
天順上創文化有限公司	1,000,000.00	A Taxi Ltd	55,000.00	Mr Lee Howard	21,000.00	北斗星一心學會有限公司	10,500.00
趙鍾月玲女士	744,000.00	Mr Chan Ting Bong	55,000.00	Properties Star Limited	20,680.00	吳震宇先生	10,500.00
Estate of Wong Kwai Chun	590,400.00	Delmar International (Hong Kong) Limited	53,208.00	Dr Lam Kai Cheong	20,000.00	薛丹慈小姐	10,500.00
李衛少琦女士	537,500.00	Successful Business Company Ltd	53,000.00	Edwin Lai International Limited	20,000.00	Bou Eki Company Limited	10,001.00
Carefree Finance Company Limited	403,600.00	蕭志成總理	53,000.00	GCP (Hong Kong) Limited	20,000.00	A Motor Limited	10,000.00
莎莎化妝品有限公司	386,600.00	ExxonMobil Hong Kong Limited	52,686.77	HYC Foundation Limited	20,000.00	Arnold Chan, Susan Leong, Plum Chan	10,000.00
杜偉強主席	348,000.00	佟鑫先生	52,200.00	Leung Tsz Kit	20,000.00	Cova Int'l Ltd	10,000.00
Mayer Brown	300,000.00	朱梁小玲主席	52,000.00	Miss Kuan Tak U	20,000.00	Credence Chinese Medical Centre	10,000.00
陳永鋐副主席	300,000.00	羅志豪總理	51,000.00	Mr Lal Fat Nelson	20,000.00	Limited	
陳炎榮先生	300,000.00	譚顯楨副主席	51,000.00	Mr Lau Ka Cheong	20,000.00	Fulling Limited	10,000.00
Ho Man Fat Memorial Foundation Ltd	298,000.00	Ching Teen Ho Nicholas	50,000.00	Mr Ying Yi Shing	20,000.00	Ho Yuen Ling	10,000.00
朱惠芬總理	298,000.00	Fubon Bank (Hong Kong) Limited	50,000.00	Ms Tse Yi Kit Gigi	20,000.00	Leung Wan Mai	10,000.00
Joy Gold Limited	250,000.00	IDC Capital Limited	50,000.00	The Chinese Gold & Silver Exchange Society	20,000.00	Miss Chung Ming See	10,000.00
莫慶智醫生	248,000.00	Mr Lo Kui Pang	50,000.00	奧媛媛女士	20,000.00	Miss Ho Pui Yan Pandora	10,000.00
順豐速運 (香港) 有限公司	243,401.00	Mrs Luk Fung Sau Yung	50,000.00	李卓璽先生	20,000.00	Miss Wu Tanni	10,000.00
宇電 (香港) 自動化科技有限公司	242,800.00	Ms Jin Yiming	50,000.00	周桂英女士	20,000.00	Miss Yu Yin Wah	10,000.00
Tan Siu Lin Foundation Limited	208,000.00	Shun Shin Kindness Foundation Limited	50,000.00	徐兆兒女士	20,000.00	Mr Chow Cheung Sang	10,000.00
蔡李惠莉顧問	208,000.00	光明書局	50,000.00	馬明棠先生	20,000.00	Mr Lau Tak Chuen Alry	10,000.00
Gayety Limited	200,000.00	保良局總理聯誼會	50,000.00	淨綠慈善基金有限公司	20,000.00	Mr Lee Hon Man Jerry	10,000.00
Mr Cho Kim Wing	200,000.00	夏惠慈基金有限公司	50,000.00	萬里達單車	20,000.00	Mr Leong Malcolm	10,000.00
Ms Su Man	200,000.00	張瑜德總理	50,000.00	劉朱愛華	20,000.00	Mr Tsao Germaine And Gordon	10,000.00
廖美娟女士	200,000.00	創藝文化活力	50,000.00	鍾玲瓈女士	20,000.00	Mr Wai Tin Wing Wayne	10,000.00
劉榮光先生	200,000.00	隆盛實業有限公司	50,000.00	韓治平總理	20,000.00	Mr Yan Kam Tong	10,000.00
劉碧輝女士	200,000.00	黃經國博士	50,000.00	羅國斌先生	20,000.00	Mr Yip Chi Ho, Horace	10,000.00
HKG Revitalization Medical Centre Ltd	198,000.00	郭浩泉總理	50,000.00	郭浩泉先生	18,957.00	Mrs Lee So Lai Yuet Alice	10,000.00
Ms Ho Chi King Pansy Catilina	198,000.00	陳月華女士	49,500.00	Fine Asia Enterprises Limited	18,519.00	Ms Cheng Yim Ling	10,000.00
Wealth Chase Limited	198,000.00	藍金煌副主席	49,000.00	Mr Lee Chung Bor	18,000.00	Ms Cherill Lee	10,000.00
Billabong Enterprises Company Limited	181,800.00	EVI Services Ltd	48,000.00	UK Online Giving Foundation	17,324.63	Ms Cheung Man Fai Evelyn	10,000.00
Mabs Mardlyn Charitable Foundation	180,000.00	Hui Kim Lung	48,000.00	Great Assets Corporation Ltd	16,666.00	Ms Kam Mei Po	10,000.00
李何芷韻副主席	174,916.00	Jet 8 Aviation Ltd	48,000.00	Mr Chan Shan Tai, Edward	16,500.00	Ms Lau Ching Yi Tansy	10,000.00
大慶企業有限公司	172,000.00	Kingston Development Limited	48,000.00	許亮華總理	15,974.00	Ms Lau Yuk Chun Mary	10,000.00
Angels for Children Limited	165,000.00	Lam Chun Hin	48,000.00	PLK Mrs Chan Nan Chang Mem Pr Sc Al Assn	15,300.00	New Land Development Ltd	10,000.00
Mr David S.Y. Wong	160,000.00	Mr Wong Pui Ming	48,000.00	Continental Orient Limited	15,125.00	New World Development Co Ltd	10,000.00
Ms Linda Cheung	158,000.00	Ms Foong Pui Ling Diana	48,000.00	Richemont Asia Pacific Ltd - Cartier	10,000.00	Professional Beauty Products Ltd	10,000.00
志成國際 (集團) 有限公司	158,000.00	Sze Siu Fung	48,000.00	The Tokio Marine & Fire Insurance Co (HK) Ltd	10,000.00	Treasure Jewellery (Asia) Limited	10,000.00
林溢麟閣	158,000.00	The Incorporated Trustees of The Cheng Foundation Limited	48,000.00	Chi Kee Investment Co Limited	15,000.00	Wang On Services Limited	10,000.00
亞洲聯合財務有限公司	156,000.00	TMF Group	48,000.00	Diorough (Hong Kong) Ltd	15,000.00	Wong Pui Ling Emery	10,000.00
Mr Cheong Kheng Lim	153,000.00	Tin Fai Trading Co	48,000.00	中渝置地有限公司	15,000.00	Yeung Taz Mel Maco	10,000.00
Associated International Hotels Ltd	148,000.00	Wu Yui Hung Jose-Antonio	48,000.00	何文超先生	15,000.00	何滿昌	10,000.00
International Planning Group Insurance Brokers Ltd	148,000.00	Mr Lam Plik Chu	48,000.00	張燁堯先生	15,000.00	奧元龍	10,000.00
Mr Lui Yiu Wah Alexander	148,000.00	林丁麗玲女士	48,000.00	梁詩詩	15,000.00	吳華妹子女	10,000.00
Ms Lam Plik Chu	148,000.00	鄭佳君先生	48,000.00	Mr Fung Yuk Kan Peter	15,000.00	李文斌先生	10,000.00
Lo Frances Yimlai	120,000.00	鄭天恩先生	48,000.00	Mr Leung Man Kit	15,000.00	李安妃	10,000.00
Wong On Pui Maris & Law Wood Sing	120,000.00	顏志永先生	48,000.00	Mr Ting Ho Lam	15,000.00	周卓亮	10,000.00
英文士有限公司	109,500.00	譚謙書琴女士	48,000.00	仁貴信貿有限公司	15,000.00	林承毅副主席	10,000.00
朱文忠總理	108,000.00	蘇清強先生	48,000.00	和豐創業有限公司	15,000.00	保麗珠寶有限公司	10,000.00
李振福副主席	108,000.00	Mr Cheng Wai Ping	45,000.00	鄧培強先生	15,000.00	信興電業集團有限公司	10,000.00
葛曾胤群總理	104,000.00	梁達源先生	45,000.00	容志莎小姐	15,000.00	香港高科技有限公司	10,000.00
趙振邦博士	102,000.00	朱李月華主席	43,600.00	梁蔚儀管理	15,000.00	徐啟邦先生	10,000.00
恒都電線 (香港) 有限公司	101,000.00	Wing Shue Holdings Limited	4				

E	POSTAGE PAID HONG KONG CHINA 中國香港 郵資已付	Premit No. 特許編號 2097
---	--	----------------------------

非賣品 ECONOMY



《擇善同行 Kinder Together》
當代藝術家 Michael Lau (劉建文)



保良局賣旗日

PO LEUNG KUK FLAG DAY

14.8.2024 (星期三 Wednesday) 全港各區 Territory-wide

以人為本 署心行善

Putting people first from the start,
igniting kindness with united hearts



歡迎個人或團體報名，成為本局賣旗日義工的一份子，一同為社會出一分力。

日期：2024年8月14日(星期三)

時間：上午7:00至12:30
(其中任何時段)

地點：全港各區



• 捐款達\$2,000或以上 • 捐款達\$300或以上

賣旗畫作環保袋一份

由殘疾人士親手製作的手縫杯墊及特別版紙旗



2277 8237
6708 2413

flagday@poleungkuk.org.hk

是次活動行政費由保良局董事會成員贊助，善長捐款將全數用於保良局多元化服務，讓兒童、青少年、長者和殘疾人士受惠。