



寄養傳真

香港國際社會服務社

二零一六年十月

第七十六期

香港灣仔軒尼詩道 130 號修頓中心 6 樓

電話： 2834 6863 傳真： 2834 7627

電郵： fc@isshk.org 網址： www.isshk.org



編者的話

有人說：要讓兒童快樂其實很簡單，只要給予他們一杯雪糕或一份心愛玩具，又或者讓他們盡情打遊戲機和看電視等等，就足已叫他們樂上半天。但是，要令一個成年人快樂便困難得多了！生活在香港，不論任何階層，皆面對不同的生活壓力。香港及世界各地均有不同的「快樂指數」報告，根據 2016 年聯合國的「世界快樂報告」(World Happiness Report)，丹麥排名第一，瑞士及冰島分別排名第二、第三。香港在 156 個國家／城市中排名 75，僅高於處於內戰的索馬里。這結果，藉得我們再次反思「快樂」這個課題。

今年 6 月份的寄養傳真，我們曾經從寄養兒童的角度看快樂；今期就讓我們探討一下成年人如何看快樂。

這一期，快樂從姨姨出發

為了解寄養姨姨們認為快樂是什麼，我們設計了一份簡單的問卷，讓姨姨們在下列問卷的 10 個選項中，選擇 5 項最令他們感到快樂的事情。


快樂是：(請選出 5 項)

1. 身體健康	96%	2. 家庭美滿	96%
3. 做義工可幫助人	48%	4. 擁有物業	18.5%
5. 事業有成	3.7%	6. 收入穩定	26%
7. 有知心好友	52%	8. 兒女孝順	81.4%
9. 享用美食	33.3%	10. 理想達到	25.9%

其他：_____

個人資料：

年歲：30 - 39 40 - 49 50 以上



我們派出了 36 份問卷，共收集了 27 份。雖然這是一個小規模的調查，但也希望可以了解一下大家認為快樂是什麼。依問卷中十項選擇排序，「身體健康」和「家庭美滿」，成為第一位，跟着「兒女孝順」、「有知心好友」及「做義工可幫助人」依次序成為最多人的選項。原本以為「收入穩定」及「擁有物業」會是不少人的追求和渴望，但在是次結果中只排第七及第八位。

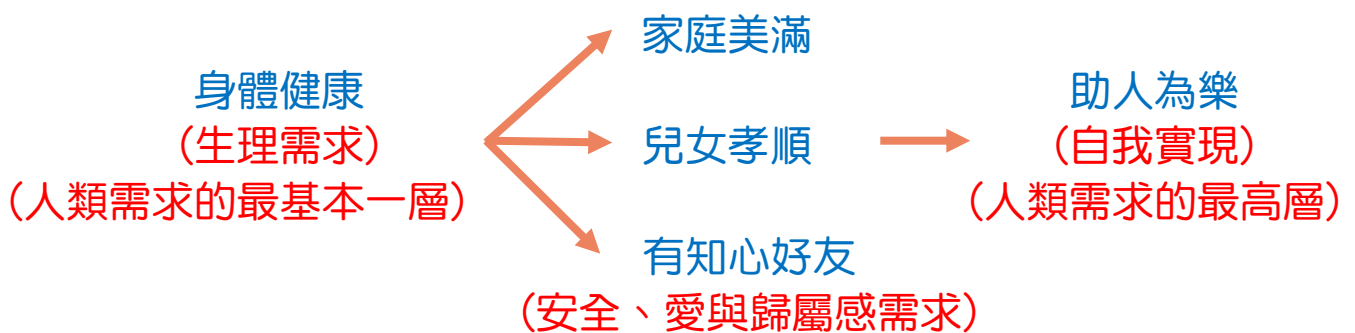
你的選擇是否與這個結果相近？

根據心理學家馬斯洛（Maslow）提出的人類需求五層次理論（如下圖），展示人類不同層次的需求。當基本的生理需要獲得滿足後，我們便會追求更高層次的滿足，包括安全感、愛與歸屬感、被尊重及自我實現。自我實現就是發揮個人最大的潛力及實現個人理想的最高需求。當我們的各種需要得到滿足時，我們便感到滿足和快樂。



Maslow 人類需求五層次圖

從問卷當中，我們發現姨姨的選擇均在這五個層次內。除了個人需要得到滿足外，亦已達到實踐自我實現的層次——發揮個人潛能並作出貢獻，包括做義工幫助人。（如以下簡圖）



各位寄養姨姨，你們已跨越了自己的需要，並協助支援社會上一些有需要的家庭及照顧寄養兒童的生活所需，你們的付出亦是你們快樂的來源之一！

最後，謝謝各位姨姨支持寄養服務，希望所有寄養家庭都是快樂的一群！

開心・煮👩🍳迎夏日



這個為寄養兒童及他們的原生家庭而設的活動，於7月9日在本社深水埗中心舉行。當天有8位寄養兒童及他們的原生家庭，共19位參與活動。整天的活動內容豐富，包括參觀嘉頓麵包廠、製作免焗芝士蛋糕、桌上遊戲、共晉午餐及親子教育訓練。各參加者都非常投入及享受整個的活動，親子感情亦增進不少。



星級寄養學堂@將軍澳——健康系列之二： Keep 得健康

承接6月份的「食得有營」，我們於9月14日在調景嶺體育館進行「Keep 得健康」這個活動。當天共有11位姨姨、1位前寄養兒童及1位寄養兒童參加活動。在中文大學營養研究中心體適能專家游頌輝博士的講解及指導下，各參加者都雀躍地參與各項測試，包括：柔軟度、平衡力、心肺功能、腹肌耐力等。大家亦一起學習做一些簡易的家居運動，藉以增強心肺功能，促進身體健康。各位姨姨日常忙於照顧寄養兒童及各項家務，難得有機會可以一起做運動。大家在整個過程中都積極參與，努力嘗試一些平日少做或較難的動作。



多元智能升級營



這個暑假活動於 7 月 18、20 及 22 日順利進行。每天的活動均有 10 多位小朋友參加。三天的活動十分精彩，包括：製作面譜、電影欣賞、跟體適能專家做運動、體驗戲劇、歷奇訓練……等等。製作羅馬炮架、發射水彈更成為活動的高潮，為這個活動畫上圓滿句號。



小朋友都非常投入各項活動，即使烈日當空，孩子不單沒有抱怨，更玩得不亦樂乎。活動後，有小朋友還說如果這些活動能持續一個月就好了！！



活動預告

1. 海洋公園一日遊



日期	2016 年 11 月 19 日 (星期六)		
門票費用	\$20 (大小同價，寄養兒童、3 歲以下兒童及 65 歲以上長者均免費)		
對象	寄養兒童及同住寄養家庭成員 (每位寄養兒童可帶同最多 3 位寄養家庭成員參加，額外之家庭成員如欲參加，需自行購買門票入場)		
交通安排	(一) 乘坐本社提供之旅遊巴 (每位\$10, 大小同價， 3 歲以下及寄養兒童免費)		(二) 自行前往海洋公園
集合地點	天水圍 西鐵站	屯門 市中心	九龍塘 港鐵站
集合時間	上午 9:00	上午 9:00	上午 9:15
	海洋公園正門		
	上午 10:15		

2. 聖誕聯歡會



日期	2016年12月11日(星期日)
時間	正午12時至下午3時
地點	香港沙田萬怡酒店 (香港沙田安平街1號——港鐵石門站C出口)
收費	成人\$160、小童\$80(3歲至11歲)、前寄養兒童\$80、非同住寄養家庭成員\$300、寄養兒童及3歲以下小童費用全免。
交通安排	此活動將於屯門、天水圍及將軍澳提供來回旅遊車，每程收費\$10(大小同價)，3歲以下及寄養兒童免費。上落車確實地點及時間待定。 若上述地點參加人數不足20人，旅遊車接送安排將會取消。
內容	自助午餐、抽獎遊戲、聖誕禮物。
注意事項	截止報名日期為2016年11月11日。一經報名，已繳交之費用將不獲退款。



3. 講座

日期	2016年12月1日(星期四) 2017年3月17日(星期二)
時間	上午10時至下午1時
地點	基督教家庭服務中心(近觀塘港鐵站)
講者	經驗豐富的臨床心理學家
內容	培育兒童品格、提升自我形象及對抗逆境的方法和技巧

講題容後公佈，請大家踴躍參加。



鹽麩—萬用調味品 (食譜由慈雲山許太提供)



材料：米麩 100g、海鹽 25g、水 150ml、密封玻璃瓶1個

- 做法：
1. 從超級市場買回來的米麩多為塊狀 (圖一)，故此要先將米麩用手指弄碎，然後放入已洗淨風乾之玻璃瓶
 2. 加入海鹽及冷開水，然後攪拌均勻
 3. 冬日下在室溫放置約一星期，每天攪拌一下，待它發酵完成即可使用 (鹽麩由粒狀變成糊狀即發酵完成 (圖二))，製成品可存放雪櫃半年。



(圖一)



(圖二)

鹽麩小知識

- 👍 鹽麩是天然發酵調味料，可取代食鹽，它味道豐富但鹹度較低，而且含近 100 種酵素、天然活菌、維他命 B 等有益元素。
- 👍 可用來醃肉，令肉質軟嫩鬆化，肉汁豐富，也可醃魚類、青瓜、蘿蔔等。

檸檬醋 (食譜由鑽石山楊太提供)

材料：米醋 1kg、檸檬 1斤 (約6-7個)、糖 500g、密封玻璃瓶 1個



- 做法：
1. 將檸檬洗淨抹乾，切片
 2. 將檸檬及糖以“一層檸檬 一層糖”的方法放入瓶內
 3. 將米醋全部倒入瓶內，並將瓶蓋蓋上密封，然後放置在陰涼地方最少1個月 (最好3個月)
 4. 除了檸檬以外，其他水果也可以用以製作水果醋，如打算用甜的水果 (例如：蘋果) 製作時，糖可以少放一點。



檸檬醋小知識

- 👍 檸檬醋必須加水稀釋飲用，比例大約檸檬醋 1：水 10，可加入蜜糖調味，每日飲用為佳。
- 👍 翻查網上有關檸檬醋的資料，皆指出檸檬醋有美白、減肥、增強消化、預防感冒、潤腸通便、除口臭、排除體內毒素、促進尿酸代謝、強壯肝臟機能之功效。

同工消息



在本社寄養服務工作了廿二年的賴太將於十一月提前退休。在這漫長的歲月，賴太一直盡心盡力與各位姨姨並肩攜手，幫助寄養孩子健康愉快地成長。雖然大家都萬般捨不得這位好同事、好社工，但也為她即將展開人生的新一頁而高興，並送上祝福。



祝願賴太在未來的日子身心康泰，享受每一天，活得精彩！



Good Luck!

隨着賴太的離開，我們在此特別歡迎鍾小麗姑娘加入寄養服務的行列。鍾姑娘於十月中履新，希望大家與她衷誠合作，繼續提供優質的寄養服務給有需要的孩子和他們的家庭。



大家好，我是鍾姑娘，是香港國際社會服務社寄養服務新到任的社工。我畢業於香港中文大學社工碩士課程，曾服務於台灣的青、少年服務中心及香港的寄養服務，服務對象以兒童及青少年為主，曾帶領親子遊戲治療小組及台灣單車環島遊等活動。興趣是DIY手工藝創作、皮革製作、羽毛球和戶外活動等。期待日後與各位小朋友及姨姨見面。祝大家身體健康、生活愉快！

服務質素標準知多D

相信大家對「服務質素標準」這個名字不會陌生。「服務質素標準」是由社會福利署所制定，共有十六個項目。設立的目的旨在維持及提高服務水平，有效管理資源及尊重服務使用者權利。今年2月及6月份出版的寄養傳真已分別討論過標準一：服務資料及標準二：檢討及修訂。按次序，今期我們討論標準三：紀錄管理。

談到紀錄管理，本社一直有保存我們服務運作及活動的最新準確紀錄，並會製備統計報告，定時向社署匯報。公眾及服務使用者亦可透過以下途徑，閱覽服務表現的定期統計資料和報告，以及了解服務運作及活動的一般資料或服務的新發展。



1. 年報：
 - 每年出版 1 次
 - 放置於本社總辦事處及其他中心



2. 寄養服務通訊（寄養傳真）：
 - 每年印製 3 次
 - 寄給寄養家庭及兒童的家長，其他人士可透過本社網頁 <http://www.isshk.org/> 查閱

機構現正準備檢視服務質素標準內的政策和程序，歡迎本社的同工、服務使用者、合作機構及其他有關人士於**本年12月24日前**提出寶貴意見，以助我們進一步改善服務。這些服務標準與大家息息相關，包括以下四大範圍：

資料提供

- ◇ 服務資料
- ◇ 檢討及修訂
- ◇ 紀錄管理

服務管理

- ◇ 職務及責任
- ◇ 人力資源
- ◇ 計劃、評估及收集意見
- ◇ 財政管理
- ◇ 法律責任
- ◇ 安全的環境

對使用者的服務

- ◇ 進入及離開服務
- ◇ 服務使用者的需要

服務使用者的權利

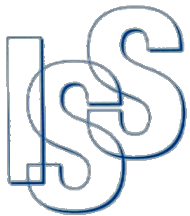
- ◇ 知情的選擇
- ◇ 私人財物
- ◇ 私隱及保密
- ◇ 申訴
- ◇ 免受侵犯

現時的政策和程序詳列於本社及個別服務單位的資料手冊，可向任何一位寄養社工查詢或到總辦事處及各中心閱覽。

提供意見的途徑

- ◆ 與本社各服務單位聯絡
- ◆ 致電、親臨或以書信方式聯絡本社之服務質素標準工作委員會
電話：2834 6863 傳真：2834 7627 電郵：isshk@isshk.org
地址：香港灣仔軒尼詩道130號修頓中心6樓

歡迎向我們表達你對本機構寄養服務或本通訊內容的意見，請郵寄或傳真至本機構寄養服務總監。



International
Social Service
HONG KONG BRANCH

6/F Southern Centre
130 Hennessy Road
Wanchai, Hong Kong

香港國際社會服務社

香港灣仔軒尼詩道130號
修頓中心6樓



香港公益金會員機構
A Member Agency of the Community Chest

根據個人資料(私隱)條例，若你不願意繼續收到此份刊物，請以書面通知本機構寄養服務總監。