



# 澳門紅十字會之友

# 簡訊

Friends of *Macau Red Cross*

## NEWSLETTER

第三期 2010.12



## 用“愛”護送

非緊急醫療愛心護送服務已成立七年多，以接送行動不便且不能乘坐公共交通工具的人士往返醫療機構為主要工作。服務使用者絕大多數為行動不便的長期病患者，因此護送人員必須經過急救及扶抱技巧的培訓，方可加入護送工作。然而，護送技術只是工作的基礎，良好的溝通技巧與關懷的愛心，才是每天面對病患者所需具備的必要條件。

在護送服務的歷程中，每天都面對著備受疾病困擾的長期病患，短短的護送路程，簡單的閒聊卻道出每位病患背後的遭遇。曾有護送人員遇到一位患有腦退化症，而又被家人棄養的獨居長者，心感難過不安。了解到長者無法自理的可憐境況時，護送人員嘗試聯絡各方，希望能盡快協助無依老弱早日得到適當的照顧。此外，給護送人員留下深刻印象的，還有無兒無女的老倆口，老伴因為腎功能衰竭而需要隔天到醫院進行洗腎治療，雖然另一半自己行動蹣跚又患有耳疾，也無懼

愛心與善心 快樂滿人生

澳門紅十字會之友  
總辦事處：澳門新口岸宋玉生廣場235~287號中土大廈三樓

電話：2831 3003  
傳真：2831 3024

網址：[www.redcross.org.mo](http://www.redcross.org.mo)  
電郵：[fmrc@redcross.org.mo](mailto:fmrc@redcross.org.mo)

風雨地陪伴左右，足讓我們明白何謂真正的“執子之手，與子偕老”。護送人員深深地被他們的恩愛表現所感動。也因為能夠協助兩位老弱解決看病時交通上的問題，心裏感到安慰和滿足。可是，當看到因為病痛折騰的呻吟時，只能無奈又無助；偶然遇上方言不通，護送人員會費盡心思，打破語言障礙；護送服務充滿汗水，且需要無限的堅忍與毅力。以上種種卻為護送人員帶來無限的工作動力。

七年，對於一項社會服務來說還是很年輕，雖然護送服務為社會有需要的一群解決了實際的困難，並且獲得許多讚揚及掌聲，但我們也清楚地知道仍有完善的空間。最近，在政府有關部門的支持下，我們從日本引入了三輛新型的救護車。希望往後的發展中，能讓更多有需要人士受惠。

為“愛”護送 +



## 急救服務出勤安排

緊接上一期“申請急救服務流程”一文，在確認活動後，就把活動及舉行日期製表，再透過各種途徑發佈給所有急救義工隊員。最後於每個星期二收集急救義工的回覆，可出勤的名單及時間，然後再由職員按照各義工的回覆、活動的危險程度、救護車及裝備的分配等，安排成“急救服務輪值表”，隨於每個星期四在網上公佈。



把活動及舉行日期製表



再透過各種途徑發佈給所有急救義工隊員。

下期將會繼續介紹急救義工隊員於活動當天的服務情況。



由職員按照各義工的回覆、活動的危險程度、救護車及裝備的分配等，安排成“急救服務輪值表”，隨於每個星期四在網上公佈。



職員在編製急救服務輪值表



## 義工培訓 “輪椅使用及攙扶技巧”課程

為了更有效地提供社會服務，同時增強義工的服務技巧，青少年及志願服務部會不定期舉辦培訓課程。10月份為社區義工隊及青少年團舉辦了“輪椅使用及攙扶技巧”課程，參加者十分踴躍。參加了培訓的義工表示，透過學習，提升了他們實際操作的能力及服務技巧，充實自己，從而更有效地參與義工服務。義工們希望日後會方能開辦不同類型的培訓，以增強他們的服務技能，為社會服務做好準備。



導師在示範輪椅的使用

# 情牽災區



2010.10.08



衛生站內情況



領導、嘉賓為博愛衛生站揭幕

## “博愛”處處

經歷過四川汶川地震、青海玉樹地震以及舟曲泥石流等特大自然災害後，澳門市民大都知道本會在救災及災後重建上所作的努力。但本會的人道援助項目其實並不僅局限於災區，我們還致力於改善偏遠地區的教育以及醫療環境，從而體現紅十字運動的人道精神。

位於恩平市恩城的“新樓村何翠媚澳門紅十字博愛衛生站”於2010年10月8日舉行落成典禮。本項目按捐獻人意願，定向捐建，目的是為粵西貧困的偏遠地區的民眾，改善醫療條件。新樓村衛生站的建成，將大大改善當地及周邊約8000多人的就醫環境。

## 青少年心聲



### “2010深穗珠港澳紅十字青少年交流營”感想

2010.7.26~29

-梁偉明-

我很榮幸能夠參加在深圳舉辦的“2010深穗珠港澳紅十字青少年交流營”，透過今天的活動我與來自香港、廣州、深圳、珠海和韶關等地區的紅十字會青少年結為朋友。

當中最令我印象難忘的是舞台表演的環節，各地區的朋友盡他們所能，為表演出盡心思，創造了獨特風格的各項表演，有跳舞、唱歌、話劇，全部都令觀眾讚嘆不已。在表演的高潮部份大家一起玩人浪，揮手，上台跳舞……將氣氛推至高潮。透過遊戲，我們認識彼此，了解彼此，並在相處中種下友情的種子。我期待能夠再有參與的機會，並期望我們建立的友誼能一直維繫。



禮敬相互 風雨同舟



青少年團必勝



勇攀新高峰

活動  
花絮



# 暑期交流分享會 2010.9.7

每年暑假期間本會都舉辦一系列的交流活動，今年也不例外，舉辦了多個大型的活動，內容豐富精彩。為了讓參與者能分享活動的點滴與感受，同時也讓更多的市民了解本會的工作，9月7日晚於總辦事處舉行了“2010暑期交流分享會”，參與暑期交流活動的成員、義工及青少年團員出席並作了分享。他們都踴躍發言，一個接一個講述他們的親身體驗，和不同的感受。令會場充滿了溫馨感人的氣氛。

團員分享交流感受



四川義務教學交流團



青少年團團員  
柯智偉

“這一次交流活動中我得到的是一份永在心中的友誼。”

“以生命感動生命，那是每一個志願工作者最希望見到的事，也是他們最大的回報與獎賞。”



急救義工  
梁志成

“在世博的‘紅會’場館內，讓我再一次認識到紅會在全世界各地為人道精神所作出的努力，想到自己置身其中為人們盡一分力，感到十分榮幸。”



社區資深義工  
劉鳳儀

今年暑假交流活動包括：組織了3個“義務教學交流團”，分別前往四川省自貢市榮縣雷音澳門紅十字會博愛小學、沿灘區八斗澳門紅十字博愛小學及綿陽市安縣塔水鎮澳門紅十字博愛小學；組織了青少年團員到深圳參加“2010深穗珠港澳紅十字青少年交流營”活動；舉辦了“川澳攜手，朝陽同行”活動，邀請來自四川災區博愛小學的學生及老師共64人訪問澳門；舉行了“優秀義工上海交流團”及參加了南京的“2010年全國紅十字青少年交流營”等。



優秀義工上海交流團



# 愛護長者保健服務

本會的社區義工隊及醫護義工隊每月都會在本澳不同的公園內設置服務站，為市民(特別是長者)進行保健服務，內容包括有健康諮詢、量度身高、體重、測量血壓、血糖、膽固醇及脂肪比等簡單的身體檢查，藉此喚起市民對健康的重視。一方面向市民大眾推廣健康訊息，提高市民警覺，注意身體保健的重要性；另一方面向長者表達關愛的心意。

為配合一些需空腹測量的檢查，保健服務一般在清晨開始，而義工則需要在更早時間預備。他們不單犧牲了寶貴的睡眠時間，有時冬天遇上寒流，更需要堅強意志，大清早從溫暖的被窩鑽出來，但為了這項有意義的服務，義工仍然覺得是值得的。



測量血糖



量度身高



量度血壓

## 紅會廣告



## 澳門紅十字會學校

### 急救

證書課程



課程：

- 急救常識課程 · 急救知識課程 · 氣道暢通與呼吸復甦器使用課程 · 高級急救課程 · 自動除纖維性顫動器使用課程 · 成人急救員課程 · 成人急救員重溫課程



澳門紅十字會之友獨家享有  
購買本會紀念品八折優惠。



詳情請瀏覽本會網頁 [www.redcross.org.mo](http://www.redcross.org.mo)  
電話：2831 3003 傳真：2831 3024

### “紅友賞您”

答中可獲精美禮品一份



上期答案：

以下哪一項不屬於澳門紅十字會的工作項目？

- A 非緊急醫療愛心護送服務 B 捐血 C 賑災 D 急救培訓

得獎者：A001071 Y001061 A002100 Y001322

問題：2010年是澳門紅十字會成立第幾週年？ A.50週年 B.90週年 C.100週年

姓名：\_\_\_\_\_

外文姓名：\_\_\_\_\_

性別：\_\_\_\_\_

出生日期：\_\_\_\_\_

聯絡電話：\_\_\_\_\_

答案：\_\_\_\_\_

請於2011年3月1日前，將以上資料電郵到 [fmrc@redcross.org.mo](mailto:fmrc@redcross.org.mo) 或郵寄本會，電郵標題或信封面註明“紅友賞您”。

參加辦法：將答案連同個人中、外文姓名、性別、出生日期及聯絡電話，

電郵到 [fmrc@redcross.org.mo](mailto:fmrc@redcross.org.mo) 或郵寄本會，電郵標題或信封面註明“紅友賞您”。

條款及細則：

1. 每人只限參加一次
2. 獎品數量有限，如答中人數超過獎品數量則以抽獎方法決定。
3. 澳門紅十字會之友擁有活動的最終解釋權及決定權。

# 急救小錦囊



## - 防 寒

澳門雖地處亞熱帶地區，但對於冬天我們也不能掉以輕心，忽略了寒冷對人的傷害，尤其是長者、長期病患者及幼兒。

### 寒冷對人的傷害主要有：

**1. 凍瘡：**寒冷時，身體為防止體溫散失而收縮血管，導致肢體末端缺乏血液供應，引致凍瘡，嚴重的凍瘡可導致組織壞死。

**2. 體溫過低：**是指體溫降至低於35°C的狀態，多數因長時間處於寒冷環境中引起，如體溫低於26°C可致命。



### 如何預防寒冷對人的傷害：

**1.** 避免長時間處於寒冷或者有風的環境。天冷時外出，應確保衣物足夠。

**2.** 定時進食與飲水(非酒精)有助於保暖，也可以為身體提供能量。

**3.** 多運動鍛鍊加強抵抗力。出汗時，應及時更換衣物。

# 生活小常識



## - 衣物處理有妙方 (下)

**1.** 毛衣洗滌時水溫不要超過30°C，並使用中性的洗滌劑，在過最後一遍水時加少許醋，能防止毛衣縮水。

**2.** 衣物愛沾絮狀物，可找浸水後擰乾的海綿來擦拭衣物表面，可輕鬆除去其表面的雜物。

**3.** 衣服留有原子筆的污點，將少量的醋倒在衣服的污跡上，上下來回搓揉，就可以輕易地將痕跡去除。



## 國際紅十字運動 七大原則 (三) 中立



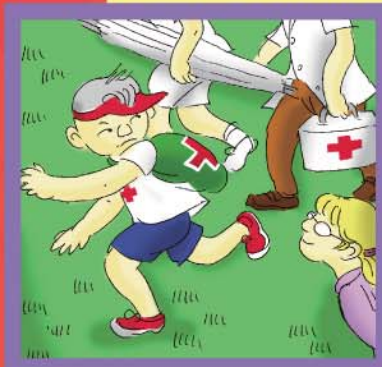
**中立宗旨：保持中立，決不偏袒**  
“為了繼續得到所有人的信任，本運動在衝突雙方之間不採取立場，任何時候也不參與帶有政治、種族、宗教或意識形態的爭論。”



1. 在足球比賽中，A隊球迷不滿比賽的結果，與B隊球迷互相對罵。



2. 混亂中，部分觀眾席倒塌，有球迷受傷或昏倒。



3. 十字仔及一批紅十字急救義工，立即到場協助替傷者進行急救。



4. 不論受傷球迷對比賽結果抱持任何立場，紅十字義工都會保持中立，一視同仁，只關心傷勢，盡力救助傷員。

<編者按：漫畫作者陸曦>