

澳門紅十字會之友

簡訊

Friends of *Macau Red Cross*

NEWSLETTER

第四期 2011.3



2010年度義工嘉許日

得獎義工與紅會領導層大合照

澳門紅十字會義工團隊多年來，分別在急救、醫療保健、救災備災及支援社會弱勢社群等服務範疇內，作出了無私的貢獻。他們除了付出寶貴的工餘、課餘時間服務市民大眾外，更不斷努力提升與服務相關的知識水平，希望能向市民大眾提供更優質的義務服務。他們的高尚情操及卓越表現，高度發揚了紅會的人道及博愛精神，並實踐了紅會志願服務的原則：志願救援，不圖名利。

為表彰及嘉許紅會義工在過去一年對義務工作的貢獻，紅會日前假聯邦酒樓舉行「2010年度義工嘉許日」。當晚有超過250名義工及紅十字會青少年團員出席嘉許晚會。多位澳紅會中央委員會委員、理事、監事為優秀義工頒發了嘉許獎狀，包括有社區義工及急救義工的金、銀、銅獎及長期服務獎等。獲獎義工達67人，其中獲志願服務金獎的分別是區永健、劉鳳儀、鄭家俊、蕭幹權、朱女、劉滿霖、劉海通、譚健新、林冠雄、鄭文誠、吳惠珊共11人，他們去年的服務時數均超過150小時。

義工們也分享了過去一年參加紅會各項活動的感受和體會，當中有參加義務教學交流團、急救義工服務、社區關懷活動，也有到世界各地紅會參與交流活動。他們表示參加紅會的工作不僅可幫助有需要的人，且更拓寬了自己的視野，獲益良多。之後，紅會工作人員和義工一起遊戲和抽獎，席間充滿了歡聲笑語，樂也融融。

愛心與善心 快樂滿人生



救急扶傷

澳門紅十字會 急救比賽2010暨頒獎典禮

多年以來，澳門紅十字會都致力推廣急救知識及提升急救技術水平。紅會急救學校培訓出一批又一批擁有急救專業知識的人士，大部份已成為紅會急救義工隊隊員，為本澳社會各界所舉辦的各類活動、表演提供義務急救服務。為評核急救義工的專業知識、臨場應變等急救能力，紅會每年都會舉辦急救比賽。

澳門紅十字會急救比賽2010暨頒獎典禮在2010年12月11日完滿結束。經過問答環節和急救環節兩個緊張激烈的比賽後，終於得出賽果。冠軍綠組：羅惠儀、馬迪維、林冠雄、陳淑汝、劉海通。亞軍黃組：黃艷梅、陳凱峰、歐芷荃、歐芷紘、唐嘉愉。季軍藍組：鄧思偉、張翠婷、李穎詩、李婉露、周麗紅。積極參與獎：羅穎芯、何曉玲、鍾家祺、歐陽佩琪、邱正輝。在頒獎典禮上，紅會向香港聖約翰救傷隊總監馬正興先生和助理總監廖炳輝醫生頒發急救高級榮譽顧問聘書，同時亦向紅會急救導師頒發「優秀導師獎」及導師續期證書。



合影留念



冠軍隊伍



急救導師們評分嚴謹



緊張激烈的急救環節



到曉光中心進行聯歡

帶同物資探訪獨居長者



社區

關愛

「寒流獻愛心大行動」 完滿結束

一如以往，紅會得到本澳社會人士的熱心捐輸，並在紅會義工的大力支持下，「寒流獻愛心大行動」已完滿結束。活動是透過探訪受助家庭及舉行聯歡活動，希望受訪人士在溫暖的氣氛下感受紅十字會的愛心與人道精神。本次行動，紅會義工為接近500戶家庭送上溫暖，送贈的物資包括大米、燕麥、餅乾、毛巾等，冀能為弱勢社群提供生活上的幫助。

紅會義工們表示，今年冬季特別寒冷，能夠參與社區關懷活動，為弱勢社群獻上關懷與溫暖，是一件很有意義的事。其實有時我們只需抽出一點時間，和一些長者聊聊天，和小朋友玩玩遊戲，對他們來說就是一種鼓舞。看到他們的的笑容，對我們來說就是最好的獎勵。



長者露出滿足的笑容

情牽災區



2008年，汶川發生黎克特制8級特大地震，本會立即派員前往救災、賑災，及後又加派人手到四川幫助災民重建家園。長時間在四川進行人道工作，駐四川辦的工作人員對災區的一事一物都懷有很深的感情，以下是他們的感言節錄。

駐四川辦人員 感言節錄



林新偉

「面對天災，慈善和紅十字的愛心當然不可缺少，但在捐錢捐物之外，人類更需要對自身造成的環境危機有所警醒。」



鍾健鴻

「看到那些坐在輪椅上，臉上卻仍然帶著微笑的堅強小女孩，心裡頭很不忍，而她卻反過來安慰我們。我知道在他們面前，自己沒有掉眼淚的權利，可是站在映秀小學的廣場上，眼淚，還是不爭氣，唏哩嘩啦的湧了出來...」

「通過在澳門紅會駐川小組工作中，使我體會到『只要人人都獻出一點愛，災區人民就會有美好明天』這種愛心真諦。」



何乃泉

「當時博愛小學正在施工，裝修的噪音會影響上課，我走到一個只有七歲的小學生身旁，我問她：『你覺得在這裡上課辛苦嗎？』她微笑著說：『沒事，能夠上學就好了』，看著她堅強的眼神，這一刻，無論面對再大的工作壓力，我只想把我的工作做好！」



朱文基

青少年心聲



亞太區紅十字與紅新月會 青年領袖論壇2010



義工們自製介紹澳紅會的海報

亞太區紅十字與紅新月會青年領袖論壇2010於日前在香港舉行，急救義工吳國宜、謝達榮、何敏婷，青少年團團員湯淑淳及本會工作人員張詩敏參加了是次活動。在活動中，紅會義工向亞太各地的紅會同仁介紹了澳門的風土人情和名勝古蹟，又分享了在澳紅會參加活動的經驗和體會，用生動有趣的方法讓與會者加深對澳紅會的了解。

湯淑淳說：這次的活動很有意義，讓我認識了很多亞太各地的紅會義工，又看到了各地有趣的文化風俗，大家更互相交流了各地紅十字活動的經驗。在這個輕鬆愉快的環境中，我學到了很多新的事物。我印象最深是「青年引領轉變」的討論，各地紅十字青年領袖的分享，更為我帶來更多的啟發和新知識，日後能在同類活動中，將能學以致用。



本會義工在臺上介紹澳門景點及風土人情



青年領袖論壇表演晚會結束後的大合照



探訪貧困學生家庭



2010冬季義教團訪晉、黑

2010年的冬季義教團分別到山西省上韓村澳門紅十字博愛小學及黑龍江木蘭鎮澳門紅十字黃志成第三博愛小學作義務教學及探訪。活動共有46人參加，包括本澳教師、學生、紅會義工、青少年團團員及專職人員。團員擔任義務教師，為同學們送上了精心準備的課程，在輕鬆歡樂的教學中，不僅讓同學們學到很多有趣的課外知識，從中宣揚了紅會的人道精神，更為同學們送上許多聖誕禮物，給他們帶來一個溫暖聖誕。在物質比較缺乏的貧困地區生活，無論離家多遠、天氣多冷，仍然壓抑不了同學們的求知慾，都堅持到學校上課。他們看到同學們排除生活上的種種困難，勤勉學習，亦因而反思自己，達到教學相長，獲益良多。義務教學之後，義教團又探訪了貧困學生家庭，慰問了他們的家人，並送上一些實用的生活物資。團員看到同學們住在破舊的房子，生活條件也相對較差，不禁感觸良多。

活動花絮



黑龍江義教團與博愛小學同仁合影



同學們都戴上聖誕帽

除了義務教學之外，義教團也參觀了當地紅會的許多工作成果展示。山西團參觀了設備先進、安全科學的山西省太原市紅十字血液中心，黑龍江團則參觀了黑龍江真愛家園（愛滋病感染者家園）。

參加完這次義教之旅，各人都有很深的體會。有的說：同學們在這麼困難的環境下仍刻苦學習，真是我們的榜樣。有的說：雖然天氣非常寒冷，但看到小朋友愉快的笑容，我的心也暖了。有的說：北風吹不滅紅十字會愛的精神，這樣的精神將一直延續下去，很感謝澳門紅十字會給予我這次的機會，希望日後可以參與更多像這樣的活動，用我自己的力量去幫助更多有需要的人。

和同學們一起作畫





澳門紅十字會
Macau Red Cross

志願服務 義工招募



澳門紅十字會之友
Friends of Macau Red Cross

澳門紅十字會之友獨家享有
購買本會紀念品八折優惠。

更多商戶優惠資訊，
可於本會網站查詢：

<http://www.redcross.org.mo/friend.php>



詳情請瀏覽本會網頁 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：

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

得獎者：何穎妍、何嘉文、梁淑貞、梁廣榮、梁守康、簡佩珊、彭鳳嫻、黃錦棠、林惠珍、劉華抗、劉建興。

問題：「亞太區紅十字與紅新月會青年領袖論壇2010」在哪一個城市舉行？

A. 澳門 B. 北京 C. 台北 D. 香港

姓名：_____ 外文姓名：_____ 性別：_____

出生日期：_____ 聯絡電話：_____ 答案：_____

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籤方法決定。
3. 澳門紅十字會之友擁有活動的最終解釋權及決定權。

參加辦法：請於2011年6月1日前，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 或郵寄本會，電郵標題或信封封面註明「紅友賞您」。

急救小錦囊

- 昆蟲叮傷處理

昆蟲叮傷是注射性中毒途徑的一種。昆蟲叮傷會造成區域性的反應(紅、腫)；但如果患者對昆蟲的毒液過敏，則可有過敏性休克或受死亡威脅。

常見徵狀：疼痛、區域腫大、發紅、癢和灼熱。

處理措施：首先保障自己安全，然後維持傷者氣道暢通，保持呼吸暢順及脈搏正常，再拔除傷口上的昆蟲毒針，清洗及冰敷傷處。如情況嚴重者則立即送院處理。

冰敷傷處



被蜜蜂針傷



國際紅十字運動 七大原則 (四) 志願服務



志願服務宗旨：志願救援，不圖名利

「本運動是志願救濟運動，絕不期望以任何方式得到好處。」

生活 小常識

- 春季祛濕湯水

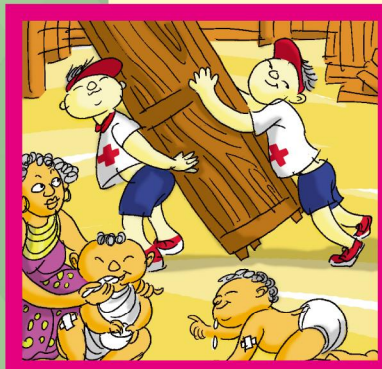
冬去春來，但是初春的天氣還是乍暖還寒，而且濕氣又重，身體容易於聚積濕寒之氣，所以春季宜用疏肝健脾的方法調養身體。中醫認為：春夏養陽，秋冬養陰。陰陽可養，病可防之效。雲苓眉豆豬骨湯是非常適合春季飲用的湯水。

雲苓眉豆豬骨湯

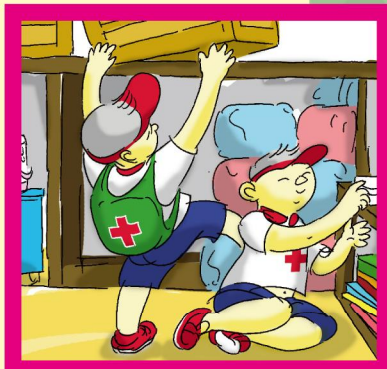
材料：雲苓30克、眉豆100克、豬脊骨600克、生薑3片。

煮法：把雲苓、眉豆洗淨，生薑切片，豬脊骨出水，然後把所有材料放入煲內，加水煮約2小時即可連湯料食用。

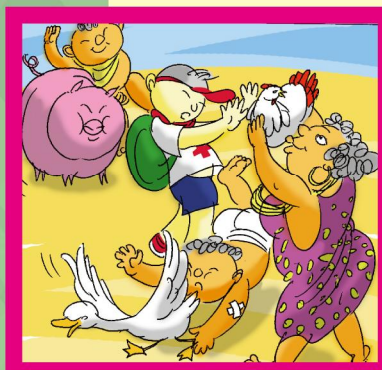
功效：雲苓健脾，眉豆祛濕，正合疏肝健脾之用。



1. 十字仔及一批紅十字會義工自發組織前往快樂國參加災後重建工作，協助居民搭建房屋。



2. 重建家園後，他們再為災民執拾、佈置家居。



3. 居民為了答謝紅十字會義工，便將自己家裡的雞、鴨、豬送給他們。



4. 但十字仔及眾義工都拒絕接收禮物，他們以助人為樂，絕不求回報。