



恒生管理學院  
HANG SENG  
MANAGEMENT COLLEGE

恒生管理學院賽馬會住宿書院

HSMC JOCKEY CLUB RESIDENTIAL COLLEGES

---

# 樂群義工分享集

2017-2018

***WE CARE***

***WE SERVE***

***WE ARE SERVANT LEADERS***



# 樂群義工隊核心成員

---

樂群書院院長

鄭家明博士 (Dr Ben Cheng)

學生義工

袁偉健 (Tommy)

劉鈺瑩 (Noel)

李學良 (John)

鄒詠欣 (Karen)

莊榮程 (Johnathan)



# Contents

---

> 院長的話	-----	1
> 我的期望	-----	2
> 器官捐贈關注週反思	-----	8
> 碩門節嘉年華反思	-----	12
> 碩門探訪長者反思	-----	15
> 碩門親子心靈悠樂之旅反思	-----	17

# 院長的話

樂群義工隊於2017年9月成立，核心成員五人，他們是從二十多名申請的同學中挑選出來的。我親自與每一位同學面談，聆聽他們的理想和期望。

當初，招募義工隊成員，我有一個疑慮：「有同學會喜歡做義工嗎？」

但是，從他們提交的「我的期望」中，我認識到，他們希望把學校所學的知識實踐，略盡綿力，回饋社會，為社會作一些貢獻，幫助社會有需要的人。服務過程中，他們認識到做義工其實並非只是付出，同時亦有所得著。

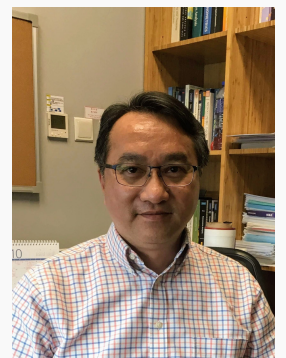
他們做義工的經驗很少，但是他們願意謙卑學習，用關愛的心去探究香港各種的社會問題，嘗試用創新的方法解決。他們籌劃了一系列的義工服務：器官捐贈關注週，碩門節嘉年華，獨居長者探訪和碩門親子心靈悠樂之旅。他們亦參與社會創新項目比賽，嘗試用創意去提出解決社會問題的方案。

樂見的是，五個完全不認識的同學，經過幾個月的領袖訓練，一起籌備和參與義工活動，都成了很好的朋友。他們嘗試以生命影響生命，以身作則，鼓勵更多同學參加義工服務；亦學會做一個「僕人領袖」，以謙卑關愛的心去服務社會，做福人群！

新的學年，樂群書院提倡「一人一義工」計劃，宿生一方面可透過義工服務獲取社會服務時數，另一方面亦可發揮「樂群精神，服務社群」！

我期望你的參與，亦希望你能加入樂群義工隊的行列！

樂群書院院長  
鄭家明博士 (Dr Ben Cheng)



# 我的期望



## 袁偉健(Tommy) 二年級(BBA)

今年暑假，我參加了「情義兩地行」這個義工活動。這是一個到內地探訪福利院、照顧留守兒童和進行義教的義工團。透過活動，我除了加深對世界的認識外，亦加深對自我的了解。

活動中，我們曾到村莊向當地的居民

進行「創文」的調查。在問卷中，有一道問題是問當地的居民是否願意為社區服務，如撿垃圾。而居民的答案好像是一早商量過似的，他們不約而同地回答了「願意」，但全都在後面加了句「如果有時間的話，平日我太忙了……」

# 我的期望

聽到他們的回答後，我開始覺得有點可笑了。因為大多數的她們，現在明明在家中間著看電視又或是睡覺，他們是真的太忙而不能參加義工服務嗎？我想他們不是，一切都只是不想做義工的藉口。但經過一陣子的思考後，我終於能瞭解和體諒他們了，因為我和他們亦是同一類人。常以忙碌作藉口，拒絕參與義工服務。

坦白而言，這並非是我第一次申請類似的義工職位了。還記得在一年級的學期開始時，學校的義工團也曾招募過同學加入類似的職位，我當時亦提交了申請表。但那時的我竟臨陣退縮，沒有勇氣去進行面試，而我對自己所用的藉口同樣也是上課太忙了，沒空參加太多義工活動。可是現在的我有點改變了，我不喜歡常用藉口為自己掩飾，我決定要誠實地面對自己，但缺乏勇氣與人相處。我想嘗試去克服它，因此我走出了第一步，那就是申請這職位。

在最近的幾次義工活動中，我發現到我們義工其實並非只是付出的一群，同樣地亦是獲得的一群。我們獲得了快樂、回憶和人際關係，每樣也是可遇不可求的。我希望能透過參與這職位，將能擁有更美滿的一年，而非只是單單在讀書中忙碌，然後便草草畢業，讓大學的光陰變得毫不值得留戀。同時，我亦希望能透過自己微小的能力為社會大眾帶來一點貢獻，讓自己的生命更有意義。

因此，我會努力去處理獲分配的工作和把握每次學習的機會，讓自己也能為這個團隊作出一點貢獻，而非拖他們的後腿，阻礙大家的進展。



# 我的期望

## 劉鈺瑩(Noel) 一年級(BBA-SCM)

---

不同類型的社會裏，都會有需要幫助的對象。坊間也有不同的義工活動，但由於學業、時間等因素，過往我參與義工活動的機會不多，未來我希望可以參與更多的義工活動。成為義工隊的成員，不但可以令我參加更多的義工活動，為社會作一些貢獻，還可以透過籌備義工活動，認識一些志同道合的新朋友。

成為義工隊籌委會成員後，我期望可以透過籌備活動更加了解自己的強項，發揮自己的強項。此外，我期望在籌備活動過程中，訓練自己與人溝通的技巧，建立一個新的社交圈子。再者，希望在籌備過程中可以了解更多香港社會，擴闊自己的視野。

雖然我對籌備活動的經驗尚淺，但成為義工隊籌委會成員後我會努力幫助其他成員一同準備義工活動，並會努

力參加不同的義工活動、向其他朋友介紹義工活動，吸引更多人支持義工服務。

## 李學良(John) 一年級(BBA-AHCC)

---

本人為一年級學生，本次有幸參與樂群書院義工隊，以發揮施恩莫望報，助人為快樂之本的精神，協助社會中有需要的人士。

首先，本人先說出自己想加入樂群書院義工隊的原因。本人也是一名關注社會時事的學生，在關注社會問題的同時，也會從中關注社會的現況，當中少不了一些眾所周知的話題，貧富懸殊，獨居老人，殘障人士，甚至乎病人也需要我們的關心和協助，鼓勵和支持。社會中的弱勢社群如獨居長者，殘障人士，嚴重病患者等，需要

# 我的期望

大眾的援手，改善他們的生活。本人也曾參與多次的捐血活動，以協助更多有需要的人士。當我認識社會的現況，讓我更希望加入義工隊，協助有需要人士。

本人只是一名學生，無力去根治社會問題，但是，我們都有能力去幫助社會有需要的人士。本人期望儘管我們都無法完全根治這些問題，但仍可以一盡綿力，**本人也期望可以加入義工隊推己及人，以生命影響生命，不單可以幫助人，更能透過自己的付出，也讓身邊的人明白自己付出的原因，推己及人，以此讓更多人明白幫助人**的重要性，促使他們也投入社會，幫助身邊有需要的人。

至於有什麼可以貢獻，貢獻的方式可以有很多，賣旗，義賣……等等也可以是貢獻，本人曾參與捐血也可以是一種對社會的貢獻。我們探訪老人，

讓他們得到安慰也是我們可以對社會作出的貢獻。無論是付出精神還是時間，我們都願意付出，也可從受助者的心靈和需要出發，同時也能在義工隊中一盡綿力，推動義工隊幫助社會。

以上為本人在加入樂群書院義工隊的原因，加入義工隊的期望，以及有什麼可以貢獻的解釋，希望可以加入義工隊，以幫助社會和身邊有需要的人。





# 我的期望

## 鄒詠欣 (Karen) 一年級(BSC-DSBI)

首先，樂群書院的宗旨是敬業樂群，因此多年在社區舉辦不少義工活動，如補習班，並邀請我校同學出席。本人和樂群書院的看法不謀而合，希望把學校所學的知識實踐，略盡綿力，回饋社會，因此樂群書院舉辦義工活動，正正是一個良好渠道讓我發揮所長。

第二，單靠一人之力，成效不大，但團結眾人之力，定必事半功倍，而且

從義工活動中，不只可幫助別人，而且更可學習待人接物的技巧，一舉兩得，本人並希望透過此活動擴闊圈子，用另一角度了解社會不同階層，從而達到全面的發展。

最後，本人自知經驗不足，但性格樂觀，有耐性，適合輔導低年級學生，並有私人補習及義教的經驗，而且樂於助人，願意作出新嘗試，希望可以參與不同活動，把樂群的精神，感染各人。



# 我的期望

## 莊榮程 (Johnathan) 二年級(BBA)

本人想成為樂群書院義工隊成員的原因是希望做義工，並且想嘗試與其他人合作策劃整個義工活動，帶動整個書院的宿生有做義工的氛圍，服務社會。

本人期望能夠每兩個月舉辦一次義工活動，並且建議在星期六舉行，例如老人院探訪或賣旗等。並且希望透過義工服務能夠培養宿生與自己有一顆關懷社會，為社會作出無私奉獻的心。

本人期望策劃不同的義工活動可以訓練本人與人相處，組織活動等的能力。

本人可以負責策劃義工活動，負責成為聯絡員，更可以負責搬運物資等的工作。



# 器官捐贈關注週反思

## 李學良(John) 一年級(BBA-AHCC)

我在這次器官捐贈活動中獲益良多，但與此同時，在設立攤位時也有很大的遺憾。因為在活動中體驗了人冷漠的一面。

當然人也有溫情的一面，我也先從好的方面說，在活動中，擺放攤位的時候，有很多人都表示自己已經登記器官捐贈，也突顯出人的溫情的一面，有很多恒管人也願意為器官捐贈出一分力。而且我更看在眼內的，是一些登山人士也願意經過時問我們有關器官捐贈的細節，更願意與家人分享，參與器官捐贈。

令我最為深刻的，是一名學生在我們沒有向他宣傳的時候，主動走到我們的攤位問我們是否器官捐贈的，並在我們回答後說了聲：「太好了」，隨即進行了網上登記，並說拿張單張讓家人也一起登記，這是我最為深刻的。

當然人也是有冷漠的一面，每次我們向每一位同學介紹我們器官捐贈活動的時候，比起即場登記、已經登記，更多的是不瞅不睬的，我認為不支持器官捐贈是沒有問題的，因為每個人都有自己的原因或苦衷，使他們不參與這次的活動。

2017-18 GE Salon 通識沙龍②

死後遺愛——  
器官捐贈與無言老師

\*是次通識沙龍與通識選修科GEN3001生死學合辦\*



器官移植的過程是怎樣？  
器官移植協調師面對什麼困難？  
捐贈者的意願？  
捐贈者家人的意願？  
器官捐贈相關的法律是怎樣？

日期: 2017年11月16日(四) 時間: 下午2:00 - 3:30 地點: A214 語言: 廣東話 ECA時數: 1.5	嘉賓講者: 陳達明醫生 (香港中文大學醫學院腦神經外科) 唐婉芬女士 (威爾斯親王醫院器官移植聯席主任) 伍桂麟先生 (香港中文大學醫學院防癌部)
--	--

歡迎各學系同學參加，  
請預先報名

聯絡電話 39635572 電郵 [ctf@hsmc.edu.hk](mailto:ctf@hsmc.edu.hk)

Amity College  
樂群書院

# 器官捐贈關注週反思

但是至於不瞅不睬的，我們在宣傳時有些同學更是冷眼相待的。其二就是參與的人數上，恒管有約五千名學生，但把已登記的人計算進去，也只有約50名學生，佔約1%的同學參與，這可能也反映青年人對社會服務的冷感，在這方面，我倒是失望的。



## 鄒詠欣 (Karen) 一年級(BSC-DSBI)

生老病死乃人生必經階段，如果死亡是生命的結束，器官捐贈及無言老師就是生命的延續。

作為一個身體健康的年輕人，怎會感受到長期臥病在床、受盡折磨的病人是怎樣渡日如年。

雖然一個講座，一個分享，一張海報，不能由零立即變一，但推動器官捐贈及無言老師的義工、醫生均抱着知其不可而為之的心態，把死亡刻板的印象打破，才有現在的成果，死亡

對於人生而言是沒有意義的，但遺愛人間便可把精神長存。

萬事起頭難，但經過短短一星期的活動，明白所有成果都是由許多小事而成，可能過程不完美，但從中明白，在一個保守的城市，談論死亡，有今天的成果，雖不顯眼，但每一步都是不簡單。

每一個捐贈者及受惠者，都有他們自己的故事，生命的結果已定，但過程是由自己編寫。

# 器官捐贈關注週反思

## 莊榮程 (Johnathan) 二年級(BBA)

為期三天的器官捐贈週經已完結，而我亦是此項目的負責人之一。由開始聯絡衛生署到交還物資總共經歷了很多過程，當中最令我難忘的是擺攤位以及取物資。

擺攤位令我難忘的原因是在恒管大多數同學都不大理會器官捐贈的重要性，而且大多數人聽我問是否已登記器官捐贈的時候便立刻走掉，當時都挺沮喪。於是我試圖改變我的方法，先給每一個經過的人一個文件夾，吸引他們的目光，之後再向每一個人談及有關對於器官捐贈的想法，有興趣的人我會先從對話中論述有關器官捐贈的好處及意義，最後當學生聽完有興趣的話，我便並即場協助他登記成為器官捐贈

者。雖然三天的登記人數不多，但都有大約二十人已經登記成為器官捐贈者。對我來說這是挺不錯的成績。

取物資也是令我難忘的原因之一，因為我們訂了兩套易拉架，但到取物資當天才得知一套有8個易拉架，幸好最後安排小型貨車才容易由灣仔運到學校。下次再訂物資必定看清楚數量。

最後真是感激義工隊成員的協助，例如Noel負責設計海報，Tommy同

John負責設計電郵，以及Karen負責的遊戲環節，大家又肯坐攤位又肯宣傳，真的是感謝他們。而且大家經過是次活動後，相處更融洽，有更多交談，更了解對方。



# 器官捐贈關注週反思

## 劉鈺瑩(Noel) 一年級(BBA-SCM)

器官捐贈關注週中令我感觸最大的是「死後遺愛－器官捐贈與無言老師」講座。講座中曾提到一位在台灣的無言老師曾告訴學生「你可以在我身上割錯很多刀，但不可以在病患者身上割錯一刀。」這句話體驗到真正的捨

己為人，用自己的身體來讓醫科學生來練習，從而增加手術成功機率。說明了以生命影響生命的精神，帶出一個正面影響使社會大眾慢慢支持器官捐贈活動。

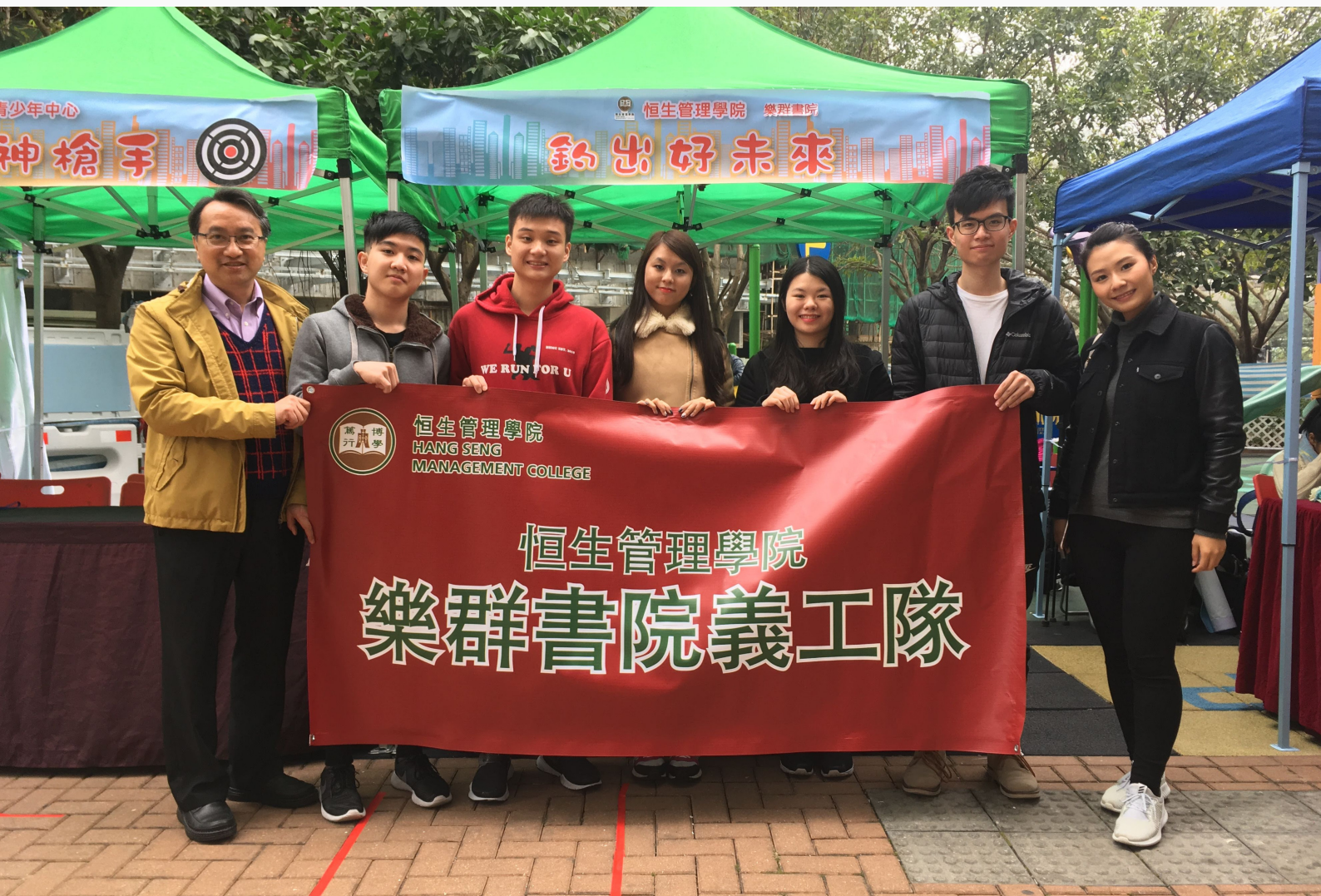


# 碩門節嘉年華反思

## 劉鈺瑩(Noel) 一年級(BBA-SCM)

樂群義工隊的第二次活動是碩門嘉年華，在準備的過程中最難的事情就是想出一個既符合主題又要具創意的攤位遊戲。我們上網找了一些攤位遊戲希望可以作為參考，但遊戲都難以符合以上兩項條件。最後我們成功想出

一個遊戲。由購買材料到用具製作，我們花了一整晚的時間。當中的過程並不容易，魚竿的製作及如何把圈固定在發泡膠上也讓我們想了很久。經過我們互相溝通、合作，終於想到了方法。每位成員的互相配合、分工就



# 碩門節嘉年華反思

成功完成遊戲用具。

碩門節的第一個活動是在早上探訪長者。原本想像探訪長者會很困難，害怕在交談中出現冷場或遇到了一些比較安靜的長者而令場面尷尬。其實這些只是自尋煩惱，在神託會義工幫助下，整個探訪過程都十分順利，只要在談話中順著老友記的說話來接話題便可以了。長者們都十分健談，願意向我們分享他們自己的故事。從他們的故事中，足以見證過往的生活與現在生活的截然不同，他們年輕時的物質並不富裕，到了現在他們可以過安穩的生活，對現在的生活十分滿意。

雖然他們年輕時生活辛酸，說起往事卻妙筆生花，令我們聽出耳油，可見他們懷念過往的生活。在活動中，我明白其實長者要的生活很簡單，不需要送禮物，只希望有人陪他們聊天，身體健康，每天開心便可以。知足常樂，活在當下。

最後是負責攤位遊戲時間。剛開始遊戲時才發現我們的遊戲難度偏高，令小朋友遊戲時間過長，從而令排隊等候時間長。我們嘗試把魚竿的長度減短，但也不能減少排隊時間。最終我們將遊戲分成兩邊同步進行，減少時間，令小朋友有更多時間進行其他遊戲。五個成員互相合作下整個碩門節活動也順利結束。雖然這次攤位遊戲有點混亂，例如有些砌圖會經常跌在地上，但有了這次的經驗，下一次攤位遊戲也必定更加順利。



# 碩門節嘉年華反思

## 鄒詠欣 (Karen) 一年級(BSC-DSBI)

探訪獨居長者對於自己而言，影響可能微不足道，但對於長者而言，可能是一個接觸外界的珍貴機會。

年輕人，生活無拘無束、多姿多彩，相對於老人，他們可能整天足不出戶，如果不是此活動，可能未必親身感受到不同年齡階層的難處。

昔日參與社會活動，大多到老人院作探訪，服務層面狹窄，而且流於表面，但這次活動明白獨居長者的生活困難處，從他們口中聆聽到走到老年的心路歷程、種種辛酸，亦明白其面對生活中挑戰的無力感。作為一位學生，未可談到回饋社會的宏大理想，但希望可以給弱勢社群一絲溫暖，生活亦是苦中帶甜。



# 碩門探訪長者反思

## 陳曼姿(Catherine) 樂群書院導師

再次到碩門邨探訪，樂群書院的義工不單主動構想和參與活動，更邀請了身邊的朋友一同參加。他們在了解到獨居長者生活中遇到的種種問題以及社區及義工所能做出的幫助，便以身作則，親力親為，亦感染身邊的同學吸引更多的年輕力量共同服務社會。

週末的早上，大家都還在夢境中時，樂群書院的義工們已經早早出門，先

到市場購買探訪的物資，然後到集合地點分配一天的工作。雖然是在令人慵懶的週末，可義工們個個精神飽滿，看的出是對活動充滿期望。

社會大眾對獨居老人的認識可能局限於經濟困難，病痛，行動不便等等，事實上社會資源已經幫助大部分人解決這些問題，而真正困擾他們的是孤獨。兒女忙於工作，孫子孫女專注學



# 碩門探訪長者反思

業，獨居長者連日常聊天傾訴的對象也沒有，義工的探訪無疑為他們煩悶的生活增添了調節劑。看到老人家開心的笑臉，我頓時覺得所有的準備工作都是值得的。另一方面，見到義工們努力找到傾談的話題，我亦深深感受到他們的飛速成長。

完成了一天的工作，義工們主動向社

工匯報被訪者的情況及討論如何提供更好的服務，亦表示在日後會繼續參與這方面的社區服務，做出更多貢獻。作為他們的導師，我很欣慰樂群書院安排的此類活動能夠加深學生對社會的認識，引起他們的思考并鍛煉他們利用有限的資源做出最有效的改變，是在心智，能力及團隊合作的多重訓練。



# 碩門親子心靈悠樂之旅反思

## 袁偉健(Tommy) 二年級(BBA)

---

今次的活動，主要是由我負責帶領各組員去完成的。但是由於我個人並不習慣吩咐他人做事，因此在準備活動的初期，大部份的事務我也獨自負責。雖然當中很多的事務我都能輕鬆處理好，但當進行到準備物資的時候，我便遇上難題了。因為準備物資的過程中，有很多我們需要考慮的地方，例如：安全問題、資金問題、環保問題…這時候，我才真正發現到與人合作的好處。透過與組員集思廣益，很快，很多繁複的問題也能迎刃而解了。

在活動進行的時候，我也十分感謝我組內的家長主動與我聊天。因為她們的主動，我才顯得沒有那麼尷尬和格格不入。此外，所有參加者也有認真做由我們負責的工作紙，這讓我感到自己的努力並沒有白白浪費。

雖然，這次的郊遊是輕鬆且愉快的，但我們同樣也有值得改善的地方。那就是負責帶領參加者進行遊戲時，我們未能好好維持大家的秩序，使最終也要由Alan來協助我們進行遊戲。

最後，我相信這次的活動將會是我們義工隊今個學年最後一次的合作了。雖然下個學年的義工隊或許會有人離開，但我希望大家在想起義工隊時，腦海浮現出來的會是一些開心的回憶。當然我也期待著義工隊的活動會變得更多元化、更多同學加入我們。

# 碩門親子心靈悠樂之旅反思

## 李學良(John) 一年級(BBA\_AHCC)

今次活動結束，我對這次活動感到十分滿意，因為這次的活動十分之成功；其實每次與神託會的活動也合作得有聲有色，當中包括探訪長者的活動和這次去清水灣郊野公園的活動。這次的活動參加的家長和小朋友們也很喜歡我們籌備的遊戲，無論是我們製作的工作紙，還是放風箏的時候，家長和小朋友們都很喜歡我們的活動。

宿生會的成員亦很投入這次活動，這是我十分欣賞的，而且他們為這次活動也作出了很大的貢獻。我感謝宿生會能和我們一起舉辦這次活動，



也就這次活動的成功表示感謝。今年義工隊的活動也圓滿結束，其實我也期望能到其他偏遠的地方進行義工活動，讓自己增廣見聞。另外，下年我仍想繼續加入義工隊，仍想繼續和義工隊的成員一起參與義工的活動。

# 碩門親子心靈悠樂之旅反思

## 莊榮程 (Johnathan) 二年級(BBA)

這次碩門節義工服務進行得非常順利，碩門邨的家長與小孩也樂在其中。這次我負責的角色是維持秩序，但也並非一件容易的事，因為一來有很多小朋友，二來小朋友較好動，不太理會Tommy, Karen, Noel等的遊戲解說。但幸好神託會的Alan協助，最後尚算在限時內玩完四個遊戲。其中印象深刻是由於一個家長有兩個小孩，於是我便要扮演家長的角色，負責玩豆袋，的確是挺愉快，也重拾我的小學回憶。



到放風箏環節，這是我第一次放風箏，所以一開始風箏飛不起來。到後來成功飛起風箏，不過因為有太多風箏，所以弄斷了風箏線，只可以看其他人玩風箏。

是次活動的負責人為Tommy，他分配工作，物資也安排得宜。另外更要感謝宿生會及神託會義工的協助。這次碩門節義工服務是我們樂群義工隊的最後一個義工服務，老實說有一點點不捨得，不過也慶幸大家合作尚算愉快，相處融洽。就算我下學期或往後不在義工隊，也不會忘記今年與大家一起經歷的事情。最後希望大家勿忘初衷，繼續盡心盡力做好義工活動。

鳴謝

設計：盧艷琳(Fiona)  
盧芍君(Tiffany)

編審：陳志明博士(Victor) 樂群書院副院長  
陳曼姿(Catherine) 樂群書院導師