

相信無限

**希望** 在前方



2020-2021  
**年度報告**



# 我們的服務

2020-2021

# 衷心感謝各界的支持

受惠人數

參與人數



長者服務

12,467  
人次



460  
人次



長者希望日義工



兒童希望中心

2,174  
人次



30  
人次



長者防跌計劃義工



牙科中心

555  
人次



244  
人次



其他服務義工

過去一年，疫情確實帶來很多困難及新挑戰，因社交距離限制及為了保護服務對象安全，我們的服務需要暫停或有限度地提供、部份活動無奈要取消或延期、有些計劃要暫時擱置。

可是社會上的需要卻因疫情變得更多，長者及小朋友除了實際需要外，長期被困在家引發的情緒需要及健康問題，促使我們在種種難題中作出各樣的變更，以許可的情況下爭取持續我們的服務。

疫情帶來翻天覆地的情況，在另一角度來看，反而讓我們多了一些機會構思各種新方向，進行可行的革新及創新服務。在這段時間，我們堅持執行我們的宗旨「彼此相顧，激發愛心，勉勵行善」，推出多項嶄新的服務，為更多有需要的人士帶來希望。

你帶來的**希望**。  
你改變的**生命**。

# 健康地居家安老 人人可達到



根據一項2020年在美國的調查，每人平均的生命期限(lifespan)是79歲，而身體還在健康狀態，自己能照顧自己生活的平均壽歲(healthspan)是63歲。即年長人士大約有16年時間失去獨立生活的能力，需要由別人照顧。而香港現時的男女平均壽歲分別是81.9歲及87.6歲，早已超越日本，成為世界最長壽的地方。

相信不單止長者，無論我們屬於那一個年齡層，也希望能自理生活，不需依賴別人。有見及此，寰宇希望現正開展「長者高動能訓練計劃」，希望可以縮短這「16年」的差距，讓我們在高齡時，可以自主生活，健康地居家安老。

## 由基本需要著手

長者行動不便及失禁通常是一個觸發點，因為在這樣的情況下，家人無力照顧，無奈要將年長家人送到老人院居住。

「長者高動能訓練計劃」先由走路開始入手，訓練長者能行走自如，自己走進洗手間；這樣長者便不再只依靠紙尿片，減輕不能去洗手間的壓力。當長者能自行去洗手間，他們便會安心進食及喝水。當有適當的走動及飲食習慣，也不擔心晚上去洗手間的需要，睡眠質素也會隨之變好。這一個循環代表著長者有基本自理能力，能健康快樂地生活。

## 推出「長者高動能訓練計劃」

「長者高動能訓練計劃」來自日本及台灣現正推行的自立支援概念，此計劃重新訓練長者身體機能，讓他們有基本自理能力，藉此恢復長者對生命的動力，亦同時減輕照顧者的壓力。

「長者高動能訓練計劃」推行第一階段以長者能自行走路為第一個目標，被測定為體弱及高危的長者先由物理治療師作詳細健康評估，測試基本活動機能，找出身體有問題的地方及列出需要進行的訓練。再由專業健身教練進行訓練，針對性鍛鍊長者身體有毛病的地方，強化肌肉力量，使長者恢復身體機能及減低跌倒風險。

寰宇希望總監指出：「我們引入健身教練於計劃中，希望讓長者得到正確的訓練。但自我動力非常重要，當長者看見自己在進步時，會更積極地在家鍛鍊，效果會更好。」目前，我們已為300多位長者進行評估，現有140位長者正分批接受運動訓練。



行得



睡得



便得



食得



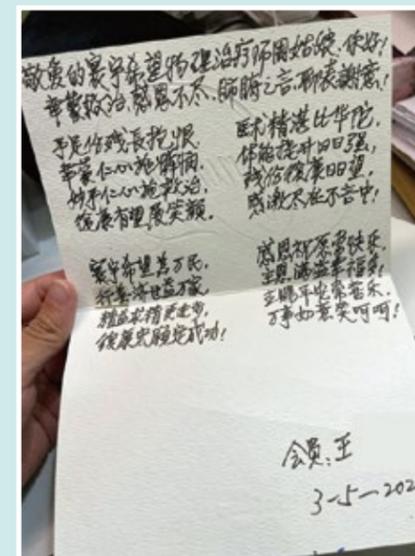
## 婆婆的卑微心願 四肢能伸展

當王婆婆第一次見寰宇希望的物理治療師時，她只是重覆地哭訴她的狀況已「無得醫」。

獨居的王婆婆是寰宇希望派飯服務對象之一，因左邊身癱瘓，她起居生活相當困難。她11年前的腦部手術後，由於缺乏跟進治療，癱瘓的一邊身體導致另一邊肌肉退化，痛症及各種狀況亦隨之而來。

領取綜援的她沒有能力到私家診所求診，僅靠社福機構幫助，但疫情下這項服務停止時，王婆婆已一年沒有任何治療。現在她手指已屈曲不能伸直，她的願望是有人幫她拉筋，舒服地伸展。

寰宇希望最近推出的「長者高動能訓練計劃」成為婆婆的希望，物理治療師除幫助婆婆舒緩出現的問題，亦通過治療令婆婆衰退的肌肉活化起來。王婆婆十分珍惜這次的治療機會，努力地跟隨物理治療師的教導，經常練習，幾次治療已有明顯進步。



我們收到王婆婆親手寫的感謝卡，多謝物理治療服務。婆婆很有心把那卡寫得滿滿，大家都感到十分鼓舞。

## 重新得力再次走出家門

年輕的我們，會渴望到世界各地遊玩；年長後，可能要在本地坐船坐車去較遠的地方已相當吃力；當行動不便時，活動範圍再縮細到區內，能夠在住所附近走走已相當滿足。

周婆婆因椎間盤突出而導致行動不便，加上疫情，差不多兩年沒有外出。她有一個小小的心願，希望能再到居所附近逛超市。長期在家及缺少社交，周婆婆變得很消沉。

雙老獨居長者若有任何病痛，靠年邁的另一半照顧也相當吃力。寰宇希望的「長者高動能訓練計劃」希望訓練長者重新有活動能力，減輕照顧者的壓力之餘，也幫助長者重建有質素的健康生活。

由於周婆婆的病情已有一段時間，身體有各種狀況出現，麻痺、腰不能伸直、一隻腳無力走路等；經評估後，物理治療師為她進行治療，加上周婆婆積極地做復康運動，很快見到初步成效，令她更有動力依足物理治療師的指引，每天勤力鍛鍊身體各處。

經過兩個多月的時間，周婆婆現在可以每天外出飲茶、到超市買東西，成果非常鼓舞。她的精神狀態也恢復了不少。



## 長幼共融會所

「長幼共融會所」於2020年因應長者的需要而設立，支援深水埗區60歲或以上有經濟援助需要的長者，針對性協助長者在社交、認知及口腔健康方面的需要。縱使受到疫情的限制，我們於過去一段時間仍成功推出多項小組活動，保持與服務對象接觸。

## 長者防跌計劃

長者一般比較容易跌倒，而後果可能相當嚴重。故此寰宇希望一直努力推廣「長者防跌計劃」，自2005年推出「長者防跌計劃」以來，已為超過16,000位長者提供服務。

服務包括會為長者個別地評估身體狀況，我們亦教導預防措施，減少意外發生。為了在疫情中能繼續這項服務，我們除了邀請長者到中心讓職業治療師為他們測試外，亦派出專人上門進行測試及家居安全評估。

最近接受測試的140多位長者中，屬高危一族獲邀參加長者運動班，訓練肌肉及預防骨質疏鬆，更會按職業治療師指引，為其家居安裝防跌設備及教導他們使用助行器材，以減低跌倒風險。



遊戲訓練一：學生戴上眼罩，或綁上雙腳，模仿長者視線不清或行動不便時走路，親身體驗長者的感受。



遊戲訓練二：坐在輪椅的學生戴上眼罩，當「照顧者」不與他說話或將他「遺棄」在不知名的地方時，親身感受長者的心情。



遊戲訓練後，學生分享親身經歷的感受。

## 長者義工

要舉辦多項活動，我們經常需要額外人手幫助。一直以來感激來自各界的熱心義工支持，其中有些更是年長的公公婆婆。最近我們正式邀請他們成為我們的長者義工，除了讓他們一起參與關懷別人外，希望藉著義工服務鍛鍊他們身心。



(右) 梁婆婆雖然要靠輪椅代步，但也很積極參與義工服務，大家都要比一個「讚」她呢。

長者義工第一個活動便是參觀寰宇希望牙科中心，了解背後成立的目的及服務範圍。



## 第25屆「長者希望日」

「長者希望日」是寰宇希望每年一度的大型長者服務活動，集合幾千名義工在當天走訪全港的屋邨及舊區，關懷獨居及雙老長者的需要。除探訪外，其他服務包括家居大掃除、牙齒檢查、認知障礙症測試、老人院探訪、送福袋等。自1996年開始，受惠的長者已超過17,500位。



舉行了多年的「長者希望日」亦受到疫情影響。因著社交距離限制令，為了盡量像以往一樣關懷長者，我們在今年1月31日情況許可下，分批派出500多位義工，走遍深水埗、石硤尾、黃大仙、油塘及屯門各區，到訪1,260位長者的家，派發福袋及送上慰問。

有些長者因擔心健康，已有一段長時間足不出戶，義工的到訪可以和他們開心聊天，聽聽長者的需要；有些長者怕抗疫物資不夠而減少外出，義工送上的福袋包括一些糧食及保護物資，讓他們享用；有些長者因受限聚令影響，不能參與活動而被迫留在家中，義工的到訪可以閒話家常。

一次探訪、一個電話慰問、一點關懷也可以為長者帶來溫暖。特別在這困難環境，獨居長者在生活上很需要關懷和聆聽。



## 長者社區照顧服務

我們於去年底成功獲社署批核，成為長者社區照顧服務提供者，已做了統一評估在輪候院舍的長者只要憑「長者社區照顧服務卷」便可獲我們提供到戶服務，包括派飯、陪診、復康治療、護理服務、個人照顧、家居清潔、言語治療、家居服務等。





## 80+20長者口腔健康護理計劃

寰宇希望於2017年在深水埗及葵芳開設兩間以社企模式經營的牙科中心，目的是以合理價錢提供優質牙科服務予本地居民，藉此幫助有需要的長者及基層人士。

「80+20長者口腔健康護理計劃」目標是幫助長者提高他們對口腔的護理認知，在80歲時保留最少20隻牙齒，這項目在日本取得相當

理想成果。據調查顯示，香港現時已屆65-74歲的長者中，有60%只有少於20隻健全牙齒，只是20%長者有定期牙齒檢查。當遇上口腔問題，少於50%長者會尋求專業牙科護理。

很多長者因沒有牙痛問題而甚少護理牙齒，這反映需要更多的教育及宣傳需要，幫助他們增加口腔護理知識。另一方面，很多基層長者卻因費用問題而忽略牙齒健康的重要性。

我們自2019年引入這理念，並推行「80+20長者口腔健康護理計劃」，多次派出牙醫到九龍區多間老人中心，藉現今科技讓長者了解自己口腔問題，同時為他們檢查牙齒，教導他們保養牙齒的知識。並因應長者牙齒情況，轉介免費洗牙服務，或提供申請財政援助以幫助他們享用其他牙齒護理服務。縱使在疫情下，此計劃至今已與6間老人中心合作，舉行15次牙齒檢測，受惠長者已達700多位，當中425位長者獲資助。



現時，我們已參與關愛基金的「長者牙科服務資助」計劃，讓領取長者生活津貼的受惠人，能免費接受牙科治療。同時，我們已獲社會福利署批准為「指定牙科診所」，為合乎領取牙科津貼的綜援計劃受惠人，提供牙科報價及治療服務。

## 幫助基層家庭及小朋友「再現歡顏」

寰宇希望獲匯豐香港社區夥伴計劃贊助，新一期「再現歡顏」計劃將伸延到基層家庭及其0-6歲小朋友，為有需要人士提供免費牙齒檢查及洗牙服務。有此需要人士，可與寰宇希望牙科部聯絡。

寰宇希望推行「再現歡顏」計劃至今已為400位有情緒、精神或行為障礙，肢體殘缺，以及有特殊教育需要(SEN)的基層小朋友提供牙科護理服務。由經驗豐富的牙醫，為他們特別安排牙齒檢查及洗牙。

### 寰宇希望牙科中心地址

深水埗桂林街157號建新大廈地下C號舖 電話：2156 2055

葵芳榮芳路9號恆景商場地下G11舖 電話：2157 3740



## 兒童希望部落

寰宇希望「兒童希望部落」服務是一個關懷和愛護有特殊學習需要(SEN)小朋友的一站式學習中心，除了功課輔導外，亦注重學童的品德及社交技能。

## 遊戲輔導介入導師課程

寰宇希望兒童希望中心獲太古慈善信托基金捐贈，與香港教育大學成立首個遊戲輔導閣，並舉行為期3個月的遊戲輔導介入導師課程，希望能提升特殊教育社區支援服務。這項全新課程特別針對有特殊學習需要(SEN)小朋友而設計，通過有趣的遊戲而帶來輔導介入的效果。



第一階段已安排20位香港教育大學學生或專業人士為15位兒童提供一對一實習訓練，通過遊戲介入，讓編制課程老師及大學生收集資料及數據，編排各樣遊戲課程，達成輔導目的。課程設有理論、實習訓練及評估，包括網上課堂、角色扮演、互動觀察及交流分享等。第二階段暫定將範圍由輔導目標擴展到學童家長，及提供個人諮詢。

兒童希望中心成立以來，已為29,300位低收入家庭的孩子服務，提供課後學習協助及品格建立指導，期望為這群家庭打破貧窮循環。

至今已接受服務的受惠者：

  
基層家庭  
9,875

  
基層家兒童  
29,300

  
有特殊學習需要的學童  
130

## 寰宇希望兒童之家

位於四川成都的寰宇希望婦女兒童社會服務中心開展多元智能「向日葵」活動。通過繪本一起觀察向日葵的生長過程，提高孩子觀察能力；以及與父母一起動手做花朵，增強孩子動手能力，從而增進親子感情。

活動讓兒童與其家長一起做手指操，增強孩子語言表達能力及手指靈活性。他們也會拿著鏡子觀察，讓孩子仔細了解不常發現的細節。若家長口述讓孩子繪圖可刺激思維，蒙眼去畫就需要調動其他五管幫助，也需要配合者能準確描述。

「創意觸覺設計立體的五官」是體現孩子獨特想法和開闊思維的極佳方式，不需刻板的要求，不拘泥於材料的限制，利用廢舊物品進行再加工重組設計，不僅能通過創作進行自我的表達，也能開闊思路和主動思考的能力。



## 樂滿迎中秋



於2020年中秋節，經過大半年的限聚，為了讓「長幼共融會所」長者會員感受節日氣氛，帶給他們一些歡樂及鼓勵走出家門伸展身體，我們在中心設置了猜燈謎遊戲，讓長者分批到中心領取月餅的同時，也動動腦筋，玩有趣的遊戲贏取獎品。長者多點接受腦力訓練可減低腦退化的速度。



藉此多謝Target公司的贊助，捐出230多個月餅給寰宇希望。

## 疫情下為長者家進行殺菌消毒

新冠病毒傳播力強，長者及體弱人士需特別小心。我們獲 Nano Solution 贈送2,000多支日本光觸媒塗層，除了分派給長者及有需要人士外，我們更派出義工，到訪15個高齡長者的家，幫助他們將光觸媒塗層噴在家具及經常觸摸的地方，除了有消毒及殺菌功能外，還能夠進行自我清潔。



## 寰宇希望賣旗日



十分感激500多位義工、學校老師及學生的支持，「寰宇希望賣旗日」能順利在2020年11月21日舉行。我們並首次同時進行實體及網上賣旗，成功為「寰宇希望兒童希望中心」籌得\$30多萬善款，幫助基層及有特殊學習需要 (SEN) 學童接受專業訓練。大家還記得這些有趣的 whatsapp 貼紙嗎？



## 寰宇希望千個聖誕老人跑



每年聖誕節，「寰宇希望千個聖誕老人跑」是一個好機會與一班朋友熱熱鬧鬧地為慈善跑步。2020年的「千個聖誕老人跑」以「虛擬跑」舉行，縱使受社交距離限制，有些跑友仍然帶著团团團穿上紅色衣物，走到街上一於齊跑、齊玩、齊開心！



今次籌款的目的是為支持寰宇希望提供服務給有特殊教育需要 (SEN) 的學童，因此特別受到 SEN 學童家長支持，約有100個家庭齊參與此活動，相信受助人更明白互相支持的力量。

# 2020 - 2021年：不願停下來腳步 疫情中爭取帶來希望

## 香港大學菲臘牙科醫院

寰宇希望牙科中心獲香港大學菲臘牙科醫院邀請合作，協助他們為一項名為「研究社區長者牙科外展服務及成效」的項目，安排牙醫到地區長者中心為長者檢查牙齒，藉此撰寫相關報告及推廣長者牙齒保健成效。為期3次的牙齒檢查服務，受惠長者達167位。



## 端午節派派糉



端午節的好節目當然是吃糉，我們十分感激Target公司捐贈近150隻糉，讓我們分派給長幼共融會所的長者會員，讓大家開心過節。

## 童繫心間



今年很多學童在家上網課，生活十分苦悶。為了讓他們養成閱讀好習慣，我們與一搵書攤合作，一連多個星期義賣舊書，一方面能以平價出售書本給基層家庭小朋友，另一方面籌得的善款用作支援有特殊學習需要 (SEN) 小朋友，同時促進社區人士對中心服務的了解和關注。寰宇希望親善大使張文新先生及太太車淑梅女士也到場打氣及購買舊書以示支持。

## 一切從簡



死亡對一些人來說，特別是中國人，可能是一些禁忌，但卻沒有任何人可以逃避。寰宇希望邀請社企「一切從簡」創辦人伍桂麟先生為長者舉行生死教育講座，主題是「臨終醫療講乜好」，讓一眾長者了解在病重時的選擇，什麼是「預設醫療指示」。適逢香港電台推出相關特輯，他們派出攝影師特地來拍攝。其後，一眾長者更參觀「一切從簡」辦事處，了解各樣身後事安排。

## 「再現歡顏」計劃將服務伸展至殘障人士

我們聯同南華早報的Operation Santa Claus項目，夥同多間非牟利機構，為400位有情緒、精神或行為障礙、肢體殘缺等人士，或有特殊教育需要 (SEN) 的基層小朋友提供牙科護理服務。每名合資格人士獲\$1,500資助牙齒檢查及洗牙服務。









- 免費派飯
- 復康服務
- 陪診及陪出院
- 健腦訓練活動
- 牙科及口腔護理
- 防跌檢查及跟進

### 服務項目

深水埗區六十歲  
或以上有經濟需要  
長者

### 服務對象

# 寰宇希望 長幼共融會所



你的捐贈對受惠者有莫大的幫助，現可透過不同方式，作定期或單次捐款。



PayMe 一掃即 Pay



寰宇希望  
捐款網頁



劃線支票

(支票抬頭「寰宇希望」，  
請寄到寰宇希望位於石硤  
尾辦事處。)



信用卡

(請致電寰宇希望  
索取表格)



寰宇希望街頭  
籌募團隊



繳費靈捐款

寰宇希望商戶編號：9256



存入寰宇希望  
銀行戶口

(匯豐銀行 024-134090-003 或  
中國銀行 012-925-0-001839-8)

**HOPE**  
worldwide  
寰宇希望

✉ 香港九龍石硤尾大坑東邨東輝樓地下1-6A室

☎ (852) 2588 1291

🌐 [www.hopeww.org.hk](http://www.hopeww.org.hk)

☎ (852) 2588 1306

🔍 [HOPEwwHK](http://HOPEwwHK)