CARING HONESTY
RESPECT
YMCA
RESPONSIBILITY
关爱 真诚 尊重 担当

厦门基督教青年会/女青年会

通讯地址： 厦门市思明西路64号

网址（WEB）： www.ymca-xm.org

电话（TEL）： 86-592-2113664 / 2102362

传真（FAX）： 86-592-2114016

义工群（QQ）： 48545161

内部刊物，免费取阅

XIAMEN YOUTH

YMCA YWCA

厦门青年

2018年第2期

Brot项目专员Kathrin来访考察

厦门Y自闭症日公益活动

学传统文化，庆母亲佳节

我会同工到迦南地安养中心学习培训

XIAMEN YOUTH

CONTENTS 目录

《厦门青年》2018 年第 2 期

出版：厦门基督教青年会
厦门基督教女青年会

编辑：吴利君

校对：黄恩典

封面：中华街道养老服务项目长者手工

卷首语 Editorial

02 | 尽我所能

事工 Service

03 | 2018 年全国总干事工作会议在沪召开
04 | Brot 项目专员 Kathrin 来访考察
06 | 开心纸藤
07 | 厦门 Y 自闭症日公益活动
09 | 爱与感恩给妈妈
10 | 学传统文化，庆母亲佳节
11 | 手造一枚烛台，心生一片温情
12 | 春游庆母亲节
13 | 喜乐安康过端午
14 | 佳节共联欢
15 | “粽”是一片欢乐情
16 | 长者社区服务事工新探索
16 | 我会同工赴上海 Y 参观学习养老服务
19 | 我会同工到迦南地安养中心学习培训

分享 Sharing

20 | 爱的力量
23 | 鹰的故事
24 | 你的态度决定你 的未来

动态信息 Notice

25 | 捐款信息
25 | 2018 年主要事工活动计划
26 | 会员信息
26 | 会员单位简介

DO MY BEST

尽我所能

◎ 文 / 巴克莱

能把事情做得尽善尽美固然好，但重要的是能尽力把它做好。

我们常常不肯去做一件事，理由是恐怕不能把它做得十分好。可是我们的责任不是一定得把事做得尽善尽美，而只是尽我们的力量把它做好。

英王亨利八世邀请柯弗代尔把圣经译成英文。柯氏深知自己的能力有限，特别对圣经原文缺乏深厚的修养。他说：“一个翻译圣经的人，对语文必须有非凡的知识和研究，而我自己实在贫乏不足，哪有资格负起翻译的责任，我越想越不敢来碰这件工作。” 可是他接着说：“不过，在主面前坦白的说，我并没有想，也没有去争取做这件事，可是一想到许多旁的国家都能有他们自己语文翻译的圣经，而我们却缺乏，心里便难过。形势要我做这件事时，虽然我的能力达不到理想，只要我能诚心诚意尽我的力量，把这件工作做好，便可算是尽了我的责任了。” 柯弗代尔知道自己能力不足，但他尽力而为，他努力的结果，产生了《柯弗代尔圣经》，是圣经英文译本中的杰作。

做一件事能有好的效果固然好，但更重要的是做事的精神。 有时候我们接受一件真正有价值的大礼物，反而会心里不安，所感到的不是快慰，而是一种惭愧；有时候一件很小的礼物，反而能让人心得到温暖和欢愉。礼物虽小，只要给的时候诚心诚意又出乎爱心，其价值便会很大。要不是出乎爱心的给，最大的礼物也和废物差不多。

摘自《花香满径》

2018 年全国总干事工作会议在沪召开

3月 26 日，基督教青年会、基督教女青年会 2018 年全国总干事工作会议在上海召开。国家宗教事务局相关部门的同志出席指导。青年会全国协会徐晓鸿会长、蒿志强副会长，女青年会全国协会杨明明会长，以及十个城市青年会、女青年会总干事和副总干事参加了会议。

会议由吴建荣总干事和赵静文总干事分别主持。徐晓鸿会长代表中华基督教青年会、女青年会全国协会第二届理事会讲话。他说，青年会、女青年会在中国社会发展的不同历史阶段都发挥了重要作用。进入新的时代，青年会、女青年会如何才能与时代同步，焕发新活力，展现新风貌，实现新作为，这是我们应该认真思考的问题。面对新时代的新挑战，我们要构建学习型团体，加强人才队伍建设，建设团体文化，提升适应社会发展的专业技能。青年会、女青年会是一个大家庭，希望各地青年会、女青年会继续支持全国协会的工作，大家心往一处想，劲往一处使，同心同向，迈步向前，在新时代实现青年会、女青年会的新价值。

赵静文总干事通报了 2018 年青年会、女青年会全国协会的工作思路。2018 年是全国协会的学习年，倡导学习型团体建设是全国协会为各地市会服务、倡导的重点。2018 年，全国协会要继续积极回应社会需求，开拓创新社会服务内容与形式；响应国家战略做好精准扶贫工作；主动开展海外交流，把自身工作与构建人类命运共同体相结合，讲好中国故事。与会的总干事结合徐会长的讲话和全国协会 2018 年工作思路，围绕新时代中国基督教青年会、女青年会如何有新的作为及怎样理解和建设团体文化进行了头脑风暴。讨论十分热烈，大家一致赞同全国协会构建学习型团体的倡导，形成共识，要与时俱进，创新思路，整合资源，建立人才梯队，吸引更多优秀的年轻人加入，保证团体发展的后劲和活力。大家对全国协会的工作提出了建设性的意见和建议，希望全国协会为各地提供分类、分层的培训，加强对各地的调研。

吴建荣总干事作了会议小结。他表示此次会议是全国协会向（下转第 4 页下）

Brot 项目专员 Kathrin 来访考察

◎ 文图 / 徐珊

3 月 28-30 日，Brot 项目专员 Kathrin（德国）在中华基督教青年会全国协会同工刘谐运陪同下来到厦门，实地考察我会流动儿童社会服务项目。为全面了解项目情况和相关信息，Kathrin 女士与参与项目的同工、义工、学校校长和老师进行沟通座谈。

Kathrin 女士听取 Bort 项目简报 厦门大学徐延辉教授带领的社会服务政策研究团队部分成员（社工研究生），特别来到与 Kathrin 女士交流座谈。大学生义工们表示，学生上第二课堂的积极性和主动性的提高激励他们更用心地授课，校方则充分肯定了项目的成效及表达了继续配合完成项目的意愿。Kathrin 女士和曙光小学解纪民校长及四位义工老师热切交流在曙光小学现场观摩 Brot 项目内容之一的手工制作课程 Kathrin 在曙光小学实地旁听了竹笛教学、美术绘画、手工制作、阅读拓展等四门 Brot 第二课堂课程。（下转第 5 页）

（上接第 3 页下）各城市总干事交底的会议，是推动各市会对自身建设的重新思考的会议，是面向新时代要求中国基督教青年会、女青年会提速发展动员的会议、是融入社会走进世界的启程会议。吴总以“新时代新征程”、“新机制新导向”、“新形象新作为”鼓励各城市青年会、女青年会的总干事、副总干事站在新时代的高度、站在继承历史传统的角度与全国协会一起依靠党的领导、政府的支持，在理事会的带领下，积极与教会合作、与社会合作，同心同行，走专业发展的道路，走规范化发展道路，在坚持服务社会造福人群的宗旨引领下，不断进取、不断努力，创造新的辉煌。

Kathrin 女士听取 Bort 项目简报

Kathrin 女士在曙光小学观摩 Brot 项目内容之一的手工制作课程

Kathrin 女士和曙光小学解纪民校长及四位义工老师热切交流

Kathrin 女士参观我会会员单位，自闭症教育机构——星星月季花园

（上接第 4 页）并前往鼓浪屿参观了 Brot 项目夏令营举办场所，与夏令营骨干义工进行交谈。同时，特别走访 Brot 项目内容近期延伸复制项目点——厦门星星特殊教育发展促进中心（两位 Brot 项目老师分别为星星中心的自闭症青少年开设手工制作、美术绘画授课）。进而对整个项目情况形成全面深入的认识了解。

Kathrin 在厦门星星特殊教育发展促进中心了解 Brot 项目延伸服务于自闭症青少年的情况 .Kathrin 表示，各参与方对项目的实施持正面肯定的态度，让她对项目良性循环发展更有信心，同时她也建议青年会多挖掘自身与外部的资源，让更多人参与，使项目更好地持续和延伸。

开心纸藤

◎ 文图 / 徐珊

4 月 23 日下午，在康晖社区的养老服务中心迎来了近 10 名长者，他们正兴致勃勃地等着做趣味手工。

老人们早早地来到中心，猜测今天要做什么手工。每月一次的手工兴趣班就像一个美丽的约定，时间一到，大家就如约而来。这次依然还是提前五分钟，手工桌旁就坐满了学员，着实让青年会的手工老师苗淼感动一番。

这次手工课做纸藤，老人们一看到老师事先做好的范例作品，纷纷赞叹简单、漂亮又实用。在详细听了老师的讲解，拿到材料后，老人们个个都迫不及待地动手自己尝试起来了。

谁说老年人没有创造力？老人们互相切磋，互相帮忙，有说有笑，一个小时很快就过去了，每个人的作品都不一样，形状各异又栩栩如生，简直就是一个小型的艺术品展。

李奶奶还乐呵呵地和大家说，我回去后就和我小孙子说，让他好好做作业，奶奶会多做几个漂亮的笔筒、杯垫、文具筐，他一定会很开心的。

厦门丫 世界自闭症日 公益活动

2018 年 4 月 2 日 " 第十一届世界自闭症日 " 当天，厦门基督教青年会、女青年会联合九三学社厦门市委，在厦门市 IT 青年聚集地 --- 软件园软件园（约 6 万 IT 职业青年）举办以 " 有你，我们不孤独 " 大型主题宣传活动。

本次活动由厦门市智力残疾人及亲友协会、厦门特殊教育发展促进中心、厦门首康儿童康复中心、厦门火炬高新区团工委、厦门市国资委机关志愿者服务队协办，并得到厦门信息集团、厦门电信分公司、乐仁艺术中心、Rutato 人声乐团等 14 家企业、艺术机构和团体的现场参与和支持。

现场活动内容：

1、自闭症青少年手工制品及爱心企业产品联合义卖

2、自闭症青少年器乐演奏等才艺表演

3、爱心人士义演

4、现场互动：自闭症知识有奖问答

5、专家咨询

现场表演的 11 个节目中，8 个节目来自自闭症青少年，包括钢琴独奏、钢琴四手联弹、小提琴独奏、葫芦丝独奏、男声独唱和鼓圈合奏（8 个自闭症青少年联合演奏《千与千寻》）。现场义卖品中，也有一半是自闭症青少年手工制品的精选品，连同其他五家爱心企业提供的现场义卖品，义卖所得全部捐赠给自闭症公益项目和自闭症青少年。厦门大学艺术学院 Rubato 人声乐团以活泼的无伴奏演唱，给现场观众留下了深刻印象。

两位自闭症青年合作的钢琴四手联弹《军队进行曲》，激情欢快，令人赞叹，赢得现场观众热烈掌声。自闭症孩子存在着语言障碍和社交障碍，使得他们往往只关心自己的事情，互动的能力很弱。让一个自闭症孩子表演节目很容易，但几个孩子共同表演一个节目却相当困难。器乐组合《千与千寻》，包含钢琴、钟琴、非洲鼓和沙锤四种乐器，由 8 个中重度自闭症青少年合作演奏，经由不同的乐器，在自闭症孩子之间搭起了桥梁，使他们彼此关注、配合，建立起团队意识，促进了他们的康复。

厦门基督教青年会、女青年会关注服务自闭症青少年始于 2008 年，通过联合广泛社会资源，持续赞助支持自闭症特殊教育机构，开设星光工坊、星光爱乐沙龙，举办自闭症知识普及公益活动，使更多普通民众，特别是社会青年人了解关注自闭症人士，共同为自闭症青少年及其家庭营造温馨友爱的成长环境。

钢琴四手联弹《军队进行曲》

鼓圈合奏《千与千寻》

男声独唱《共和国之歌》

葫芦丝独奏《牧归》

小提琴独奏《抒情曲》

与观众现场互动

义卖与自闭症问题咨询

自闭症孩子的义卖作品

爱与感恩给妈妈

◎ 文图 / 徐珊

5月9日下午，厦门基督教青年会苗淼老师带着12名民立小学的学生在中山社区美丽工坊制作花篮，为的是小朋友们能在几天后的母亲节送给自己的妈妈一份爱的礼物。

在制作花篮之前，小朋友们就迫不及待说起自己妈妈的优点，很有责任心，无条件地爱子女，经常做很多子女爱吃的食物，把家打扫得很干净……

带着这份感恩，大家开始做起了花篮。虽然之前从未制作过，但是小朋友们个个天马行空，不拘泥于形式，按照自己的心情和喜好制作出风格迥异、独一无二又赏心悦目的花篮。

当下现场就是一片五彩缤纷、芳香四溢、兴高采烈。我们随机访问了一位在场也是妈妈的工作人员，她笑容灿烂地说：说真的，在母亲节有什么比收到自己孩子亲手做的礼物更让人高兴的事呢？

学传统文化　庆母亲佳节

◎ 文图 / 徐珊

5月11日上午，青年会同工带着36名曙光小学的学生来到古龙酱文化园与迦南地安养中心的18名长者汇合，一起参观了解厦门的制酱文化。

园区不小，大家也都期待满满。因为当天来的长者年龄都偏高，所以安养中心为每位长者配备了一名义工，而小朋友们则安静地跟在爷爷奶奶们的后面，陪同一起参观文化园。

初夏阳光明媚，园区里不时飘来浓浓的酱香，爷爷奶奶们和小朋友们仔细地观看了图片和实物的展出，学习到了不少制酱历史和制酱文化，大家纷纷感叹不虚此行。

参观完毕，小朋友们在大厅的小舞台上还表演了精彩的节目给爷爷奶奶们欣赏。要说对中国人来讲，过节还是得图个热闹，看到小朋友们唱唱跳跳，长者们可是高兴得很呢。王爷爷在返程途中兴奋地和小朋友们说，好好读书，以后都会有出息的！

手造一枚烛台 心生一片温情

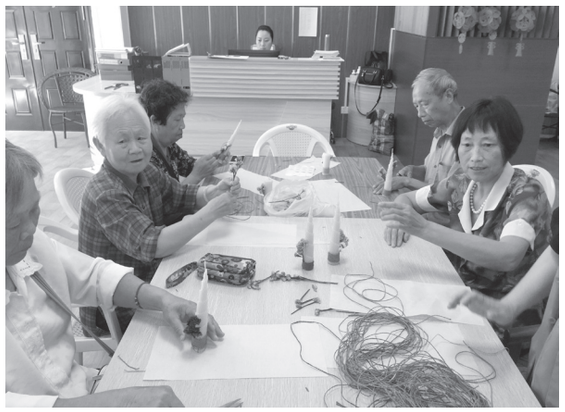
◎ 文图 / 徐珊

5月7日下午，7位康晖社区的爷爷奶奶们来到社区老年活动中心，跟青年会的苗淼老师学习手工制作烛台。

说到烛台，很多人第一反应就是时髦年轻人的宠儿 ---- 香薰，价格的昂贵和使用时的繁琐让很多老年人望而却步。这次烛台手工制作不仅让社区的长者们在追求品位生活的道路上更进一步，也让大家见识了长者们对美的追求一样不输年轻人。

简单的材料和协调的搭配，在长者们的一双双巧手下，不一会就变幻成一个个玲珑精致的小烛台。

想到可以把作品带回家，李奶奶还很兴奋地说，我要把它放在浴室或者床头柜，要不然专门找个显眼的角落来摆放它，它好漂亮，是很舒服的那种漂亮，我想让全家都天天看到它……



春游 庆 母亲节

◎ 文图 / 徐珊

5月16日上午，青年会赞美团契40人驱车前往厦门通士达照明有限公司及厦门古龙酱文化园参观。

为了庆祝母亲节，团契特地精心安排了此次春游活动。团契的长者们多为老厦门，他们对厦门灯泡厂（厦门通士达前身）及厦门古龙食品有限公司（厦门罐头厂前身）皆颇为熟悉，个个都能随口说出记忆中当年这两个工厂及它们的故事。

在参观的过程中，老人们看到一些质朴的图片及物品，总能拉着身边的同伴聊起过去的那段岁月，当看到因为时代的变迁而越来越多出现的或便捷或质优的商品，他们就会感慨现代人们生活真是幸福。

参加此次出游的长者中，超过半数都为70岁以上的老人，其中更是有好几位八、九十岁的长者。别看参观行程紧凑且满当，几乎所有人都轻轻松松边走边聊，而几位近百岁的老人也是笑容满面坐坐走走，丝毫没有疲态。长者们的精神状态也不时引来同来参观的其他年轻访客，时不时就能听到一句：爷爷奶奶们这是越活越年轻，太酷了！

喜乐安康过端午

◎（图文 / 吴利君）

5 端午节是中国四大传统节日，也是气候变化的一个重要节点，意味着天气更加的苦闷湿热，同时也导致蚊虫孳繁、百病丛生。于是吃雄黄酒、洗艾草浴、吃糯米粽、佩香囊、赛龙舟等蕴含着最朴素养生哲理和生活情趣的民俗沿袭了数千年继续被保存了下来。

在端午节前夕，我会组织了数场针对社区长者的手工活动，与长者们一起庆祝端午节。

6 月 13 日上午在思南社区居家服务站，站点准备好包粽子的材料，邀请了站点内以及附近小区的 5 位长者与 4 位工作人员、义工一起包粽子。拌料、包扎、蒸煮，不到两个小时，一个个不同形状的粽子就香喷喷的端上了餐桌。大家一起干活、话仙，说笑，嘻嘻哈哈的度过了一个愉快的上午。这种热闹的节日氛围把大家带回到了往昔的回忆里，真正给了长者一个家的感觉。

6 月 14 日上午同样在思南社区居家服务站，这次 YMCA 手工老师苗淼带领大家做艾草香囊。除了站点的李碧霞、李浦生、陈增惠、施美恩、周秀安几位老人家，还邀请附近小区内共 10 位长者与 5 位工作人员一起参加。苗淼老师将一大块漂亮的靛蓝布裁成一个个长方形布条，然后教大家把布条缝成口袋，将干艾草塞进去，收口做出三角粽子模样。对于八九十岁的阿嫲来说，针线活是她们少女时期必备的技能，所以除了穿针线给他们带来一点点麻烦外，缝个香囊袋简直手到擒来，不出半小时就有不少长者做好了传统靛蓝布包上干艾草的三角香囊不但外表精美，而且清香驱蚊，实在是一份适合送给自己的晚辈、朋友的好礼物。长者们全都兴致勃勃，每人都完成了好几份精美的艾草香囊。

愿每一位长者，都健康喜乐的度过端午节。

佳节共联欢

——爱欣老年公寓庆祝端午节及父亲节

◎（图文 / 徐珊）

6 月 15 号下午，曙光小学的 38 名学生来到集美爱欣老年公寓与那里的爷爷奶奶们一起庆祝端午节和父亲节。

为了给老年公寓的长者们送上祝福，同学们认认真真地花时间制作了手工香薰蜡烛并送给他们。随后又给近 25 名长者带来了演出节目。小朋友们载歌载舞的，赢得爷爷奶奶们的阵阵掌声，现场气氛一度热烈又温馨。表演结束，照惯例，同学们自发地给爷爷奶奶们按摩捶背，乐得爷爷奶奶们纷纷竖起大拇指。

活动接近尾声，正当小朋友们准备离开时，爷爷奶奶们突然提出要表演唱歌给小朋友们欣赏。大家瞬间眼前一亮，说真的，无论是独唱还是合唱，一首首或嘹亮或激昂的红歌把小朋友们听得既新鲜又惊喜。正如王爷爷说的：“孩子们每次都表演节目给我们看，我们也想回馈一次给他们看，希望他们能喜欢。”

“粽”是一片欢乐情

◎ 文图 / 徐珊

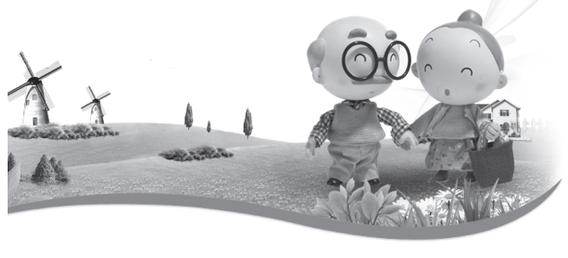
6 月 11 日下午，烈日炎炎，但康晖社区养老服务中心里准时准点地坐着 6 位社区长者。都说端午飘粽香，他们都是来跟青年会苗淼老师学习制作手工粽子挂饰香囊的。

这些社区的爷爷奶奶虽然年纪大了，穿针引线有点吃力，但是缝针却不费吹灰之力。刘奶奶说，“在过去，谁不会补个扣子，缝个裤脚，现在的年轻人哦，已经很少拿起针线了，其实还是很有乐趣的呀。”

朴实简单的材料加上娴熟的针法，一个个或苗条或圆润的小粽子就这样陆陆续续诞生了。

当天每人的任务是做三个粽子，可是，不一会儿功夫，大家就完成了任务，重点是做出来的还都是精品，于是大家决定继续做，换着花样来做。爷爷奶奶们你一句我一句，边做边聊，好不欢乐。

长者社区服务事工新探索



2018 年 4 月，我会与厦门思明区中华街道办事处正式签订长者日间照顾与居家服务合作协议。通过政府购买服务方式，深度整合汇聚服务资源，探索社区长者服务新模式。

该服务项目以思南社区（定安）日间照顾站和文安社区健康服务站为基础服务环境，为独居孤寡等生活困难的轻度失忆、轻度失智长者提供就近日间照顾环境，为周边失能、半失能长者提供居家服务。我会将充分发挥多年来在长者服务和公益平台方面的基础优势，联合我会会员单位 ------ 厦门迦南地安养中心，贴近需求，设置实用、专业化的服务内容，在精准扶贫方面做新的探索和努力。

我会同工赴上海 Y 参观学习养老服务

◎（图文 / 吴利君）

2018 年 4 月 16 日至 18 日，我会同工黄恩典、邹米兰、苗淼、吴利君前往上海基督教青年会、女青年会参观学习。本次行程主要拜访上海青年会闵行华爱长者照护之家、浦东朱家门社区日间照顾站和罗山市民会馆三处养老服务点，学习上海青年会先进的养老服务经验，为我会和厦门迦南地安养中心即将共同开展中华街道思南社区日间照顾及居家养老服务提供宝贵的借鉴。

闵行华爱长者照护之家

华爱长者照护之家的长者在做健康操

17 日上午，在上海青年会王晓燕副总干事的带领下，我会同工及迦南地安养中心的两位同工来到了华爱长者照护之家。这是一个位于街面四层的公寓式写字楼。一楼是接待处与餐厅，二楼隔层是员工办公室与洗衣房和幼儿园托管班，二楼与三楼分由程度不同的长者居住。由于入住的 27 位老人大多属于受教育程度较高的高龄长者，中心根据他们的实际情况，安排了丰富多彩娱乐活动和针对性的康复护理，以达到尽量使长者脑力强健、口腔保健、营养康健的目标。

上午九点多钟，正好是长者们晨间操时间。在日本学习多年养老管理护理经验的陶钢主任亲自带领十多位长者做全身保健操。由于坚持每天有规律的康健运动，近半个小时的活动非但没让这些八十多岁以上的老人气喘吁吁，反而让他们更显活力，以至于接下来由专业社工带领的传统游戏分享，长者们依然兴致勃勃。西洋景、七巧板、跳皮筋、这些现在已近消失的儿戏一下子将这些耄耋老人带回了天真烂漫的童年岁月。

下午我们也一起参与到长者手工扎染课程中。经过社工手把手的教导不到一小时，一条条漂亮的扎染丝巾便出现在每一位长者手指，这让他们一个个喜笑颜开。上海政法大学的志愿者还为长者们分享近期轻松有趣的新闻，也引得他们聚精会神的观看。

王晓燕副总干事特别为我们介绍了中心在长者认知预防方面的经验和举措。比如为让长者多接触社会，每周安排时间进行热门电影与新闻放映与分享，安排午托班小朋友和青少年义工与长者们互动，每月安排户外主题活动等，都取得了良好的效果。

离开闵行华爱长者照护之家，我们又参观了上海基督教青年会、女青年会位于西藏南路的总部。期间有幸遇到青年会亚太协会总干事 Nam Boo Won 及来自韩国、新加坡、菲律宾等地的国际与亚太地域联青社领导人一行，在一起听吴建荣总干事讲述 1984 年复会以来，上海基督教青年会、女青年会的艰难创业、励精图治才有的如今遍地开花的项目，他们也不禁对上海 Y 同工们不怕苦，肯奉献的精神交口称赞。

上海 Y 同工向我们讲解养老服务的细节

18 日上午，在上海青年会袁烨副总干事的带领下，我们又参观了朱家门老年人日间服务中心和罗山市民会馆。朱家门日老年人日间服务中心里 40 多位长者大多是能自理的健康高龄长者，中心的活动偏向于提供健康促进的保健操和轻松自由的娱乐活动及

长者们在义工带领下做扎染

社交空间。长者们不仅可以在这里愉快的下棋、打牌、织毛衣，还可以把自己的愿望写贴在墙上，或者把自己年轻时漂亮的照片与大家分享。其乐融融的环境和专业细致的护理，不仅使长者们身心受益，延缓衰老，也有利于他们的家属能够放下包袱，专心致志的投入工作。这样的服务点显然大受欢迎，难怪附近社区排队希望加入中心的长者络绎不绝。

参观朱家门老年人日间服务中心

位于罗山市民会馆里的罗山养老院，是上海青年会在 1996 年就承接的社会服务项目。经过 20 多年的艰难探索，罗山养老院俨然已经是上海乃至全国非营利机构承接政府养老项目方面的标杆与典范。 这里给我们的印象是一切都很规范、干净、有条不紊，这无不体现了上海 Y 同工们的远见、专业、细致以及奉献精神。

18 日下午，我们还来到了位于漕溪北路的中华基督教青年会全国协会、中华基督教女青年会全国协会，受到了青年会全国协会吴建荣总干事，女青年会全国协会赵静文总干事及全协同工们的亲切接待。在谈到我会即将开设的养老服务站，吴建荣总干事在对长者生活照顾和精神照料两个方面给予了具体的建议，在养老服务站的餐饮、长者接送、保险购买以及长者患病应急方案等风险管控方面，吴总干事更是给予了专业指导。赵静文总干事则在项目需求分析与角色定位上为我们进行了具体深入的分析，并勉励我们做好资源的整合者、服务的提供者、文化的倡导者和价值的体现者。

拜访 YMCA/YWCA 全国协会

上海之行前，同工们一直对我会即将启动的思南社区社区长者日间照顾和居家服务项目心怀忐忑。两天参观下来，在上海基督教青年会、女青年会，中华基督教青年会、女青年会全国协会领导与同工们专业、耐心和无私的指导和殷切的鼓励下，同工们勇气陪增，相信我们接下来我们一定会努力把项目做好，以践行基督“为世人服务”的精神，造福社会。

我会同工到迦南地安养中心学习培训

2018 年 4 月 20-21 日，我会黄恩典、邹米兰、吴利君、徐珊等五位同工专门前往位于厦门同安汀溪镇的迦南地安养中心，实地观摩学习老人护理实操技能，体验老人在需要陪护照顾的情况下，一系列实际需求和状态。

从学习使用轮椅操作使用开始，包括安全带系扣确认、如何进电梯、上下坡正确方式、跨越小障碍物。将坐在轮椅上的老人移位上床，如何在老人感觉舒适安全的情况下，轻松的完成对老人的移位，通过现场资深护理人员的讲解释放，同工们有了形象直观的了解和掌握。同时，学习借助现代移位设备，完成长距离的位移工作，也是这次学习培训的印象深刻的内容。

厦门迦南地安养中心于 2017 年 7 月开始正式运营，是厦门最高端的既有机构托养又有居家养老服务的专业养老机构，也是我会会员单位和长者社区日间照顾与居家服务项目合作伙伴。

同工学习站立床的使用

本次在迦南地安养中心的实地学习培训，是继 4 月 16-18 日选派 4 位同工赴上海基督教青年会、女青年会承办运营的闵行区华爱长者照护之家、浦东朱家门社区日间照顾站和罗山市民会馆三处养老服务点考察学习之后，有一次系统实用的专业体验学习，也是为即将于 4 月 25 日启动的思南社区居家养老服务站项目作练兵备战。我们相信，在兄弟伙伴机构的大力支持配合和全体同工们的共同努力下，我会在长者服务事工方面一定取得新的突破。

爱的力量

——中华街道养老服务项目信息分享

作为我会与迦南地安养中心合作承接的中华街道长者服务项目点，思安社区居家服务站和文安社区健康站均于 5 月初正式向社区居民开放。思南居家站目前为中华街道，特别是思南社区附近的长者提供日间照料、保健康复、团康游戏、简易膳食等服务。目前已经有 4~5 位固定的长者，每周来站点活动，另有 3、4 位附近小区长者会不定期来站点参与各类活动。

文安健康站目前每周配备两名老中医和数名按摩师义工，主要为社区居民提供健康咨询、按摩理疗、康复护理、针灸火罐等健康服务。

除这两个站点外，我们还为中华街道辖区内身体不便、生活困难的 5 位长者提供陪同出行、家庭清洁、康复护理、膳食等居家服务。每月一次在中华街道各社区轮流举办长者健康促进活动，向高龄长者宣传正确、高效的自我康复知识和技能。

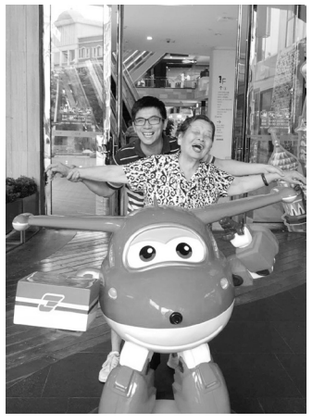
仅 5 月一个月，整个项目共投入工作人员、义工高于 160 人次，已经为社区居民提供了 390 人次的各类服务，切实为社区居民解决了许多实际的问题，充分赢得了他们的信任与好评，也得到了街道和社区的肯定。这些成绩的取得离不开两个机构对此公益项目不计成本的投入，以及每一个参与其中的工作人员和义工的爱与奉献精神。我们就此收集在事工中一些小小的闪光点，与大家分享。

李碧霞长者是青年会喜乐松年赞美团契的老成员，已经是 95 岁高龄了。她是第一个报名参加思南居家服务站的长者。

李碧霞所住的是中山路小巷子里的旧房子，小巷子幽暗、封闭。由于通风不好，长者家楼下的油炸店油烟长时间无法排出，充斥整个楼道，导致她每天睡眠质量很差。现在在站点，可以一起与老姐妹门做健康操、玩团康游戏，一起话仙，偶尔也帮忙站点准备午餐，吃完午餐后还可以美美的在站点小憩一下，长者觉得非常满足，晚上的睡眠也得到了很好的改善。

另外，长者说之前因为长时间关闭在家里，说话都不利索，现在也逐渐恢复了。她每天独自从中山社区的家中来到站点，（下转第 21 页上）

（上接第 21 页下）需要爬一个又陡又长的斜坡，但她跟我们讲她并不觉得累。有时候下雨，我们不希望老人家出门，但她总是能如期而至，有时候甚至怕迟到在路上她还一路小跑的过来。



带长者游乐场回味童年

站点同工们热心、细致态度，以及丰富、有益的活动内容（针对性的团康游戏，老人保健操和他们感兴趣的老话题、新闻话题分享等），使长者的身体状况与精神面貌都得到了很大的改观。来站点不但是一个很好的锻炼，也是她每天生活中一个重要的乐趣和寄托。

文安社区第六市场小区也是一个老龄社区，里面住着相当比例的高龄独居长者。他们中不少人每天都会在六市门口聚集，一起喝茶聊天，消遣时间。年级大了，难免身上有个小病小痛的，但只要不太难受，谁都不爱上医院，忍一忍就算了。

文安健康站刚开放的时候，长者们对社区这种免费的健康服务还是将信将疑的。有一位 92 岁的阿公抱着试试看的心情来站点接受中医推拿，第二天起来感觉身心舒泰、马上就推荐他的伴侣——90 岁的老阿嫲来接受服务。在对阿嫲进行推拿按摩的时候，站点工作人员廖丽玲发现阿嫲身上的湿疹非常的严重，整个背部到臀部皮肤都发黑，而且她的脚趾头由于长期的真菌感染，整个指甲反向生长，都嵌入了指头里面。针对这种情况，耐心、细致的丽玲主动为阿嫲制定了细致的身体护理计划。每天为她清理黑化的皮肤，涂上治疗湿疹的药物。经过三个礼拜耐心细致的专业护理，长者的病症基本得到了治愈。我们的同工发自内心的爱与奉献精神（不管是推拿按摩、针灸火罐还是简单的指甲护理，她们都是一做就是半个甚至一两个个小时，绝不是通常摆摊义诊那样的敷衍了事）以及专业的效果，逐渐赢得了长者充分的信任。这对相濡以沫半个多世纪的阿公阿嫲开始对站点产生了发自内心的感恩与爱护。阿公每次都会来站点查看，细心观察站点的需要，不顾我们的婉拒，硬要给我们送上茶点、以表达他们的感激之情。

经过附近居民的口碑相传，健康站点每天慕名而来向曹医生、方医生倾诉病痛，或者一些患小脑萎缩、帕金森治疗顽疾来要求按摩推拿和康复护理的高龄长者络绎不绝。而因为前一天接受按摩治疗后，病痛得到明显缓解而专门跑到站点致谢，或者经过针灸治疗感觉效果显著，要求继续治疗的长者都大有人在。

用爱心换真心，经过工作人员和义工们热心真诚、无微不至的努力，项目街道社区的肯定，也成了社区居民难得的寄托与依靠。

在健康站接受按摩和器械康复训练的长者

方医生为长者号脉

曹医生为患腱鞘炎长者针灸

长者给我们展示年轻时穿的旗袍

长者游戏中

为长者修剪被真菌感染的指甲

长者在教我们跳舞

载歌载舞的长者

长者健康促进活动现场

鹰的故事

一则鹰的故事，让我们学会怎么样去克服困难，让自己再次的翱翔于天际。

孤鹰不褪羽，哪能得高飞，蛟龙不脱皮，何以上青天。

老鹰是世界上寿命最长的鸟类，它的年龄可达七十岁，为什么鹰会有这么长寿的命？源之于在四十岁的时候必须做出艰难而重要的决定，因为当老鹰活到四十岁的时候，它的爪子开始老化，无法有效的抓住猎物，它的喙变得又长又弯，几乎碰到胸脯。它的翅膀渐渐变得十分沉重，因为此时它的羽毛长的又浓又厚，使飞翔变得非常吃力。

它此时只有二种选择：等死或经过一个万分痛苦的更新过程，就是等待 150 天漫长的蜕变。

首先它必须尽全力飞到山顶，在悬崖筑巢，停留在那里，不能飞翔，老鹰首先用它的喙击打岩石，直到完全脱落，然后静静的等候新的喙长出来，它会用新长出来的喙，把指甲一个一个的拔掉，当新的指甲长出来后，它会再把羽毛一根一根的拔掉，经历漫长的五个月以后，新的羽毛长出来了。

此时老鹰又开始飞翔了，重新获得了再活 30 年的生命。

很多时候我们都在困难之中迷失了方向，觉得这就是自己的终点，却没有去想过改变现在的方向，或许就会得到了意想不到的东西，或是让自己走的更远更宽。

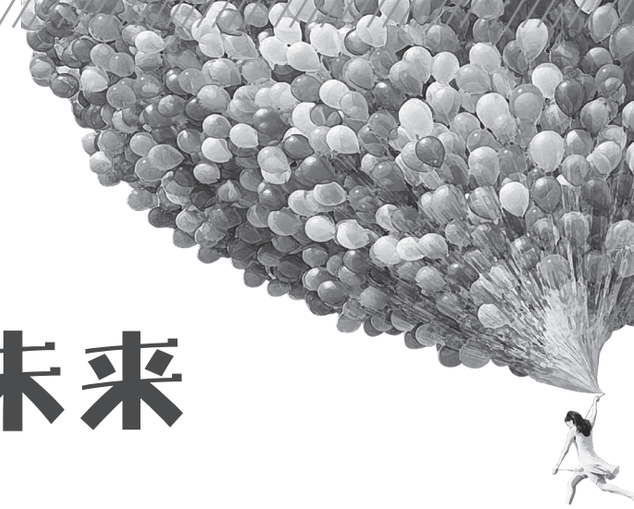
在我们的生命中，有时候我们必须做出困难决定，开始一个自我更新的历程。

我们必须把旧的思想，旧的习惯抛弃，才能使我们获得重生再次起飞，只要我们愿意改变旧的思维和习惯，学习新的技能，就能发挥我们的潜能，创造崭新的未来。

我们需要的是：自我改变的勇气和再生的决心，改变是痛苦的，但改变是必须，能不能把自己更变成功不是说说那么简单，需要自己去努力，虽然过程可能是会让你喘不过气了，也是考验意志的时候，只要你能挺住，你就能翱翔于天际，能实现你的第二次生命。

当我们通过改变而获得重生后，我们就能去领略生命新的长度和高度，是老鹰就应该翱翔在蓝天上，有能力就要去展现自己，精彩的人生就要靠自己去展现。

你的态度，决定你的未来



一个上了年纪的木匠准备退休了，他告诉雇主，他不想再盖房子了，想和他的老伴过一种更加悠闲的生活，他虽然很留恋那份报酬，但他该退休了。

雇主看到好工人要走，感到非常惋惜，就问他能不能再建一栋房子，就算是给他个人帮忙，木匠答应了，可是，木匠的心思已经不在干活上了，不仅手艺退步，而且还偷工减料。

木匠完工后，雇主来了，他拍拍木匠的肩膀，诚恳地说：房子归你了，这是我送给你的礼物。

木匠感到十分震惊：太丢人了呀！要是他知道他是在为自己建房子，他干活儿的方式就会完全不同了。

每天你钉一颗钉子，放一块木板，垒一面墙，但往往没有竭心全力，最终，你吃惊地发现，你将不得不住在自己建的房子里。如果可以重来……但你无法回头！

人生就是一项自己做的工程，我们今天做事的态度，决定了明天住的房子。

生活是多样多彩的，有时会在我们出乎意料的时候突然拜访，然而，生活有时也是充满挑战、残酷的，也许它就在我们毫无防备的一瞬间降临。

心态决定成败！

当我们用平静的眼光来看待事物，发现事物，对待事物，就会发现很多问题都会迎难而解，我们眼前的路会不断的拓展，加宽。

像那些挫折、困难、它们最怕的是我们坚定的态度。

缺点并不可怕，只要我们用欣赏、发展的态度去看待，渐渐地，就会发现它正逐步成为我们的优点、我们的长处，就好比一个平称上的左右两边的砝码，左边是现在的生活，右边是我们的心态，想要使天平的左右两边平衡，就得不断地向右边加平正的心态，不断的改变自我。

平淡、无聊、时光的流失、生活的无趣、前途的渺茫充斥着我现在的生活。看不到前面的的路在那里！有时候自己都对生活感到了恐惧和无助，这就是人所面对的选择，你必须鼓起勇气走下去，也许你现在面对就是黎明前最黑暗的时候，你选择什么样的生活就具有什么样的生活方式，在困难面前或许就是机遇最容易出先的时候，就看你用什么样的态度去面对你前面遇到过的问题 .

态度决定一切，自己决定自己的人生和未来，相信自己没有错，未来美好的手就把握在你的手里。

主要事工活动计划

项　目	内容说明	地　点	时　间
松年赞美团契康乐活动	老会员唱诗、健康活动	YMCA 多功能厅	每周一上午 8:30
鼓浪乐团	声乐器乐爱好者辅导训练	YMCA 多功能厅	每周一晚 7:00
英语歌合唱团练唱	英文歌曲演唱爱好者兴趣小组声乐活动	YMCA 多功能厅	每周三下午 3:00
鼓浪屿合唱团	声乐爱好者练唱	YMCA 多功能厅	每周三晚 7:00
乐歌团	离退休声乐爱好者练唱	YMCA 多功能厅	每周四晚 7:00
英语沙龙	英语爱好者自由分享	YMCA 多功能厅	每周五上午 9:00
乐友合唱团练唱	合唱爱好者声乐辅导训练	YMCA 多功能厅	每周六晚 7:00
第二课堂（工友子女成长辅助）	手工制作、绘画、竹笛、英语、团康活动	厦门曙光小学	周一、五下午 2:00
思南社区居家服务站	联合迦南地安养中心为社区独居长者和特殊需要人士提供日间照顾及居家服务	思明南路 228 号 102 室	周一到周五 09:00-16:00
文安社区健康站	联合迦南地安养中心为社区独居长者和特殊需要人士提供日间照顾及居家服务	第六市场 7 号	周二到周六 09:00-16:30
海峡两岸 YMCA 联合音乐会	联合台港 YMCA 音乐团队，共同举办音乐交流	厦门人民会堂	10 月
社区独居长者服务	联合仁爱会共同推展	中山社区	1-12 月
联合服务事工	长者活力健康促进系列活动	厦门	1-12 月

捐赠信息

欢迎爱心人士捐助支持我会公益项目。收到捐赠后，开具“厦门市公益事业捐赠统一票据”。

账户名称：厦门市基督教女青年会
账号：3510 1552 0010 5250 0691
开户行：厦门建行思明支行
联系电话：0592-2102362 2114016

单位会员简介

老人院探访

工友子女夏令营

清洁麻风村

厦门仁爱爱心服务中心（简称“仁爱会”）于 2014 年 3 月 7 日在厦门市民政局注册成立。仁爱会致力于服务社会，以“爱”为核心价值，本着“生命影响生命”的理念，通过持续、深入的关爱行动，成为照亮弱者生命 的微光。同时积极号召社会各界人士参与到行动中来，为有意参与社会公益的群体提供一个服务的平台。目前，仁爱会的工作主要有长者关怀、儿童关怀、弱势群体关怀三方面。

（一）长者关怀

“牵手老人 · 深度关怀”是仁爱会最早开展的事工，服务对象是七十五周岁以上独居、寡居长者，通过定时定向的探访，与长者建立“不是亲人，胜似亲人”的关系，做长者的心灵陪伴，为他们提供居家照料，解决生活中遇到的难题。如：为行动不便的长者打扫卫生、陪同就医、陪伴失智长者、为卧床长者换药以及为长者送餐等；或以实际物资帮助生活困难或低收入长者，如：提供护理用品、生活费用补助等。同时积极联合社会资源，社区、机构，开展各种关爱活动如：老人院圣诞节 / 新年慰问演出、组织长者外出游览、小年夜给独居、孤寡长者送年夜饭、为困难长者进行居家改造（卫生清洁、安装坐便椅、浴室扶手、老旧线路改造等）、定期探访麻风村等。

（二）儿童关怀

主要服务对象为在厦务工的外来人员子女及本市弱势家庭，通过开设免费课后安亲班（时间：每天 4:30-6:30，提供安全的课业环境，由专门的老师进行辅导， 协助解决外来工友子女课后监管问题）、暑期营会（主题式营会，侧重品格教育，通过有趣生动的课程让孩子养成可以伴随一生的好品格）、周末家长课堂（邀请有丰富教学经验的老师、儿童心理专家，通过亲子讲座，亲子绘本等形式，组织家庭成员共同学习，让家长与孩子共同进步）。

（三）弱势群体关怀。

先后开展鲁甸灾区心理援助、云南贫困山区冬衣募捐；福建贫困小学生助学、云南贫困高中生助学、河南艾滋村救助等项目。

单位会员名单

松年赞美团契　爱欣老年公寓　思明区曙光小学
担当者行动　星星特殊教育发展促进中心　乐友合唱团
然和特殊教育研习中心　英语沙龙　日新社工服务中心
早慧幼儿园　AIESEC 厦门大学分会　基督教寨上堂
鼓浪乐团　乐歌团　鼓浪屿合唱团　英语歌合唱团
厦门迦南地安养中心　厦门仁爱爱心服务中心