



專題特寫

為無條件的愛感恩

Nestor Lau



2017 年經朋友介

紹得知105 Gibson 中心有很多適合長者的活動，便為媽媽報名參加腦保健舞課程。她性格內向加上慢熱，但因得到義工的熱情招待及主動的關懷，讓她慢慢地變得開朗，這也使 Nestor 放鬆心情，並為她安排報讀學苑其他課程。她參加了兩屆的活力長者夏令營，當時媽媽因為糖尿病而需要定時打針，擔心不能參加，幸好學苑義工 Gloria 是一位護士，協助照顧媽媽，使她能在兩個月中可充實又輕鬆愉快地渡過夏令營。亦在中心這段日子與同工及義工建立了一份友誼。

Nestor 口中常提到 Elizabeth，很感謝她的心靈關懷，並特意探訪正鬧情緒的媽媽，也關心他的健康，在跟她聊天中得到力量與安慰。她也介紹媽媽參加學苑星期五的活動，當中有午餐，學習及信息分享。媽媽在學習及鼓勵的氣氛中也打開心窗，認識上帝。Nestor 又得到中心康靈站的黃醫生的幫助，能開解媽媽的心情，也能舒緩他身為照顧者的壓力。他感謝每一位關心他們的義工朋友，以愛心接待，體驗信仰中無條件的愛。 -- 105 Gibson 記者筆錄

105 Gibson 豐盛生命學苑

為55歲或以上人士提供終身學習平台，讓他們的生活更充實和精彩。豐盛生命學苑包含五大學系：健康保健、文化提升、美術演藝、心靈關顧、社區參與。



Leo 一生為教育貢獻，雖取得兩個博士、兩個碩士和兩個學士學位，仍不忘學習，他盼望透過與人相處鼓勵別人終身學習。他更以身體力行，希望完成一個心理學博士學位，以及重拾多年前所學的日語，將來到宣教工場時活學活用！正所謂活到老，學到老，用到老。 -- 105 Gibson 記者筆錄

終生學習：學習放下及謙卑

馮新偉博士

馮新偉博士(Leo)現擔任105 Gibson 豐盛生命學苑籌委會會員。曾任職香港教育局的高級學校發展主任，現以他的專長為學苑協助編寫課程大綱及內容，並為課程制定不同級別，分成初中高班，切合不同程度的需要，使課程更巨發展潛力，在追求增長知識的同時，也帶給學員升級的推動力。

Leo 亦表示現時學苑大部分課程是以保健養身為主，他希望兩大學系「心靈關顧」及「社區參與」可增設更多課程，又考慮引進科技創新課程，如脫氧核糖核酸(DNA)、納米技術等的相關課程，迎合時代的轉變，拉近與新世代的距離，保持人老心不老的心境。

同時他亦是「中醫師教室」及「中國文化面面觀」課程的義務導師。能將自己所學的知識與別人分享，透過與學生、病人及同事互動，放下教授及公務員的身份，學習聆聽及回應他們知識上的追求，遇到不確定的答案，反而讓他學習謙卑的回家做資料搜查，務求給學員正確的答案及學習態度。在過程中更察覺他們認真學習，並將有興趣的議題成為下季的教學內容。

我和 105 Gibson

傳遞愛心及希望

黃大衛醫生

黃大衛醫生在105 Gibson 康靈站作義診，成功演繹了105 Gibson 中心的核心價值—愛及希望。黃醫生被邀請為105 Gibson 豐盛生命學苑開辦一個以全人治療方法的診所去幫助受情緒及精神困擾的人士，因為這些都不是家庭醫生的診治範圍。對此邀請，黃醫生既感覺興奮，卻又有點顧慮，畢竟他是一位接受內科醫生培訓及以麻醉師執業，而他從來沒有家庭診治經驗！



經過詳細考慮和不斷的禱告，黃醫生終於接受了這個深具意義的任務。由初步構思到策劃診所操作的細節，他經歷了很多挑戰，也同時得到很大的滿足感。在整個策劃及發展過程中，得到陳華恩牧師、陳梁燕芬牧師、護士Clara 和其他各有專長的義工們堅定不移的幫助，黃醫生深深感受到神的祝福。

105 Gibson 康靈站於2018年11月開始為105 Gibson 豐盛生命學苑的學員應診。每次約診時，黃醫生和 Clara 都與學員詳談，了解他們的情緒、社交及靈性上的需要，提供專業建議及轉介到有關的社會服務。在學員同意情況下，團隊還會與他們一起禱告。在短短時間內，黃醫生已目睹學員和他們的家人得到幫助。

黃醫生為能夠服務他人感到十分欣慰。他說：「上帝從來沒有在我需要祂的時候離棄我，我盼望能夠在別人面對情緒困擾時，給他們援手，讓他們也能夠在困境中感受到上帝的大愛。」黃醫生希望有更多的醫生、護士及義工能在康靈站服事社區，令更多學員及家人可受惠。-- 105 Gibson 記者筆錄

義工日—明陣默想

4月6日義工參加了明陣活動，默想與友誼、義工、群體、生命力中心、慈憐、弱者、旅途、希望及陌生人有關的問題。這是他們第一次嘗試明陣活動，以下是他們一些反思。



當義工有什麼意義？

- 為有需要的人付出時間和經驗
- 留意他人的需求和感受
- 服務及愛他人
- 傳授知識或技能

當義工的過程獲得了什麼？

- 喜樂、快樂、滿足
- 領導能力
- 歸屬感

你為何當義工？

- 令我的履歷更豐富
- 學習新文化、結識新朋友
- 回饋社會
- 得到滿足感
- 施比受更有福



這次經驗讓自己靜下來，想一些從未想過的事物，生命中每天都是忙忙忙！為家庭為兒女去努力工作，加上為將來年老時的生活所需等。自從做了不同機構的義工，獲得很多對長者要付出愛的能量，有愛才是人生最大的所需。

明陣是一種很好的體驗，讓我更了解作義工的意義，上帝的愛教導我如何以祂的愛去愛別人。

施比受更為有福，這是出於基督的愛，就是因著祂的愛，我們滿有希望，讓我們用友誼向外開放對弱者，有憐憫的心幫助有需要的人。更要參加群體活動才能將愛傳出去。又要把生命對準上帝，就能從上帝那裏得平安與力量。

很好的提醒去檢視人生與價值觀；作為基督徒已有40多年，我們很容易忘記從上帝而來的經歷並與親友分享。感謝藉此激勵我對服事社區的使命。

105 Gibson 動態



105 Gibson 豐盛生命學苑4月13日舉行「身心康泰義診日」。參加者接受中醫義診及按摩、藥物諮詢、糖尿測試、量度血壓、健康講座及健康樂齡舞等。



春天的來臨象徵寒冬送暖傳愛心及免費報稅服務已完滿結束。中心感恩每週日可接待60位寒冬送暖傳愛心的客人及填上超過600份報稅表。



3至4月的 **Arts and Crafts Night** 參與者在Lillian Skerletovic 指導下畫出冬天不同景緻。

活動預告

青少年服務於5月3日 - 7月5日(星期五)舉辦「青少年親子教育課程」。內容包括如何善用子女青年時期與他們維持並建立良好關係，幫助他們成為成熟、負責任的人，培養他們良好品格和價值觀。歡迎14至19歲青少年的家長參加。以廣東話/普通話進行。費用\$20。

105 Gibson 豐盛生命學苑「豐盛生命午敘」5月主題為「藥劑學博士話你知」。內容包括傷風與感冒的區別、肌膚乾燥、骨質疏鬆等藥物的認識及用藥十大提示。歡迎參加。

5月4、11、18日(星期六)下午2:00 - 3:00

5月25日(星期六)下午3:00 - 4:00

青年優勢講座 於5月11及25日(星期六)

上午9:30 - 11:30 舉行。藉 CliftonStrengths Assessment 發掘你的長處並學習如何將其應用。講座為期兩天，參與者必須全部出席。適合17至25歲的人士。費用為\$20加元及網上測試費用為\$20美元。

105 Gibson 中心 將於6月8日(星期六)

上午9:00 - 中午12:00 在列治文山 Phyllis Rawlinson 公園舉辦「植苗環保家庭日」籌款活動。鼓勵一家長幼齊參與，學習環保及愛護大自然，並藉活動支持中心服務及事工。可選擇認購樹苗或當天種植樹苗或兩者參與亦可。

105 Gibson 愛心義賣店 於6月22日(星期六)

上午9:30 - 下午4:30舉行春夏季服飾優惠。平日開放時間為星期三及星期日中午12:00 - 下午4:00。

105 Gibson 豐盛生命學苑「活力長者夏令營—長幼同樂」將於7月2日至25日(逢星期二及星期四) 上午10:00至下午3:00舉行，活動包括唱歌、跳舞、運動、美術、手工，讓參加者享受與人互動，透過聽不同的專題講座，學習與下一代建立正確的溝通方法。

查詢及報名，請致電905.946.8787 或瀏覽網站 www.105gibson.com

支持 105 Gibson

歡迎你成為我們的合作伙伴或義工，集合力量祝福社區，或到我們的網頁www.105gibson.com 捐獻，實現各項計劃，令更多人受惠。