慈怀通讯

2023年09月 - 2023年11月 • MCI (P) 106/03/2023

建设关怀友善社区

抚慰心灵的旋律

捕捉慈怀疗护的核心

SINGAPORE HOSPICE COUNCIL

新加坡慈怀理事会成员

Alexandra Hospital
亚历山大医院
378 Alexandra Road, S(159964)
T: 6908 2222
www.ah.com.sg
contactus@nuhs.edu.sg

Assisi Hospice
雅西西慈怀病院
832 Thomson Road, S(574627)
T: 6832 2650
www.assisihospice.org.sg
assisi@assisihospice.org.sg

Buddhist Compassion Relief Tzu-Chi Foundation (Singapore)
佛教慈济慈善事业基金会（新加坡）
9 Elias Road, S(519937)
T: 6582 9958 F: 6582 9952
www.tzuchi.org.sg/en

Changi General Hospital
樟宜综合医院
2 Simei Street 3, S(529889)
T: 6788 8833
www.cgh.com.sg

Dover Park Hospice
托福园
10 Jalan Tan Tock Seng, S(308436)
T: 6500 7272
www.doverpark.org.sg
info@doverpark.org.sg

HCA Hospice Limited
HCA 慈怀护理
705 Serangoon Road, Block A #03-01
@Kwong Wai Shiu Hospital, S(328127)
T: 6251 2561
www.hca.org.sg
contactus@hcahospicecare.org.sg

Khoo Teck Puat Hospital
新加坡邱德拔医院
90 Yishun Central, S(768828)
T: 6555 8000
www.ktph.com.sg

KK Women's and Children's Hospital
竹脚妇幼医院
100 Bukit Timah Road, S(229899)
T: 6225 5554
www.kkh.com.sg

Lien Centre for Palliative Care
连氏慈怀研究中心
Duke-NUS Medical School
8 College Road, S(169857)
T: 6601 1097 / 6601 2034 [Education]
T: 6601 6840 [Research]
www.duke-nus.edu.sg/lcpc

Metta Hospice Care
慈光安宁居家护理中心
32 Simei Street 1,
Metta Building, S(529950)
T: 6580 4695
www.metta.org.sg
hhospice@metta.org.sg

MWS Home Care & Home Hospice
MWS 居家护理及居家慈怀疗护
2 Kallang Avenue,
CT Hub #08-14, S(339407)
T: 6435 0270
www.mws.sg
MWShh@mws.sg

National Cancer Centre Singapore
新加坡国立癌症中心
30 Hospital Boulevard, S(169183)
T: 6436 8000
www.nccs.com.sg

Ng Teng Fong General Hospital
黄廷方综合医院
1 Jurong East Street 21, S(609606)
T: 6908 2222
www.ntfgh.com.sg
contactus@nuhs.edu.sg

The Palliative Care Centre for Excellence in Research and Education (PalC)
慈怀疗护研究与培训中心 (PalC)
PalC c/o Dover Park Hospice
10 Jalan Tan Tock Seng, S(308436)
T: 6500 7269
www.palc.org.sg
enquiries@palc.org.sg

Ren Ci Hospital
仁慈医院
71 Irrawaddy Road, S(329562)
T: 6385 0288 F: 6358 0900
www.renci.org.sg
renci@renci.org.sg

Sengkang General Hospital
盛港综合医院
110 Sengkang East Way, S(544886)
T: 6930 6000
www.skh.com.sg

Singapore Cancer Society
新加坡防癌协会
30 Hospital Boulevard
#16-02 NCCS Building, S(168583)
T: 1800 727 3333
www.singaporecancersociety.org.sg
hospice@singaporecancersociety.org.sg

Singapore General Hospital
新加坡中央医院
Department of Internal Medicine,
Outram Road, S(169608)
T: 6222 3322
www.sgh.com.sg
sghfeedback@sgh.com.sg

SingHealth Community Hospitals (Bright Vision Community Hospital, Outram Community Hospital, Sengkang Community Hospital)
新保集团社区医院
(观明医院，欧南园社区医院，盛港社区医院)
10 Hospital Boulevard, S(168582)
T: 6970 3000
www.singhealth.com.sg/SCH

St. Andrew's Community Hospital
圣安德烈社区医院
8 Simei Street 3, S(529895)
T: 6586 1000
www.sach.org.sg
general@sach.org.sg

St Joseph's Home
圣若瑟之家
36 Jurong West St 24, S(648141)
T: 6268 0482
www.stjh.org.sg
general@stjh.org.sg

St Luke's Hospital
圣路加医院
2 Bukit Batok Street 11, S(659674)
T: 6563 2281
www.slh.org.sg
general@stluke.org.sg

Tan Tock Seng Hospital
陈笃生医院
11 Jalan Tan Tock Seng, S(308433)
T: 6256 6011
www.ttsh.com.sg

Tsao Foundation
曹氏基金会
298 Tiong Bahru Road
Central Plaza, #15-01/06, S(168730)
T: 6593 9500
tsaofoundation.org
info@tsaofoundation.org

Woodlands Health Campus
兀兰医疗保健园
2 Yishun Central 2, Tower E Level 2,
Yishun Community Hospital, S(768024)
T: 6383 3000
www.wh.com.sg
enquiry@wh.com.sg

内容

2 新加坡慈怀理事会成员
3 执行董事的话
4 关怀无界限
7 建设关怀友善社区
10 万丈高楼平地起
12 带来欢乐和安慰
13 让毛小孩抚慰临终病患
14 抚慰心灵的旋律
15 一生一逝
16 向专家提问 从护理角度而言
18 捕捉慈怀疗护 核心的摄影比赛
20 携手打造关怀友善社区

欢迎乐捐

新加坡慈怀理事会致力于改善重症患者的日常生活品质，并为患者的至亲提供支援。
请与我们携手，改善人们的生活。

*您的现金捐款可获得250%的税收减免。

执行董事的话

左起：沈美霞女士与海峡时报医药保健资深记者Joyce Teo 。

今天就行动吧，让我们一起打造一个关怀友善社区，让每个人都能实现富有尊严和优质善终的经历。

正思考要写些什么的当儿，我为《海峡时报》的Health Check播客所作的访谈“如何让人们更容易在家终老”发表了。如我访谈中所说，要在家里和至亲的陪伴下走完最后一程，并不是那么简单或直截了当。对一个患有绝症和拥有如此深切渴望的病患而言，要考虑的事项实在太多了：疾病的过程与其复杂性、看护者在家管理其需求的把握和能力，以及社区是否具备或者能提供所需的支援－邻居、雇主、社区护理团队和多学科慈怀疗护团队。这许多因素必须协调配合，才能实现病患对护理最为倾向的选择。

本期的慈怀通讯的内容包括了世界顶级慈怀疗护专家的真知灼见（第16页）、有能力落实变革的社区领袖（第18页）、以行动积极影响社区的热血青年（第14页）和最棒的灵犬义工Onyx（第13页）。

问问你自己：你可以和应该做些什么？无论是作为一个准备周全的病患、或信心十足的看护者、善解人意的同事、支持鼓励的朋友或一个充满热忱的义工，都是举足轻重的。

今天就行动吧，让我们一起打造一个关怀友善社区，让每个人都能实现富有尊严和优质善终的经历。

沈美霞
执行董事
新加坡慈怀理事会

扫描以聆听海峡时报Health Check 播客 。

关怀无界限

最新消息和亮点

认识团队

资深医疗社工Paul Bashyam

HCA 慈怀护理

医疗社工会与病患及其家属同行、帮助他们应对无数身体、心理和情绪上的挑战。他们的工作侧重于评估病患的支持和需求、指引他们获得适当的资源、以及确保病患及其家人能够好好度过人生最后一程。

“身为社工，我们的工作是多方面的。我们经常需要与多个系统和利益相关者合作，以改善病患的生活。在HCA，这表示我们需要与护士、医生及其他医疗保健专业人员组成的多学科团队合作，以支持病患及其家属。与此同时，我们也可能需要和医院及其他外部机构合作，以确保病患及其家属得到所需的护理。”

LIVE WELL CHALLENGE 2023

活得精彩挑战2023

新加坡慈怀理事会（SHC）推出首届“活得精彩挑战”（SHC Live Well Challenge） 线上筹款活动。这是个包括骑自行车、跑步和步行的运动筹款项目。新加坡慈怀理事会致力于改善重症患者的日常生活品质，并为患者的至亲提供支援。请帮助我达到们十万元的筹款目标，为病患提供优质的慈怀疗护！

参加活动是免费的。请在2023年9月29日前，与亲朋好友一起报名，为慈善尽一份力！

请扫描二维码
或游览www.livewellchallenge.sg获取更多信息。

第八届新加坡慈怀疗护研讨大会的 八大亮点

两年一度的新加坡慈怀疗护研讨大会由新加坡慈怀理事会主办。在为期四天的研讨大会里，与会者齐聚一堂，展开一场丰富的学习和交流之旅。以“建立合作社区”为主题的研讨大会旨在鼓励包容性、多学科团队、以及公开的对话，以加强住院和社区里不同学科在慈怀疗护领域的学习。

1

各就各位、预备、起飞！研讨大会的开幕典礼上，蝴蝶造型的风筝悬挂上空，闪闪发光，引人惊叹。与会者同时放飞手中的纸蝴蝶，象征即将展开的脑力激荡和学识交流。

你知道吗？

蝴蝶象征蜕变、希望、生命和精神。慈怀疗护的精髓体现在蝴蝶短暂却富有意义的生命，不以时间衡量，而是以意义衡量的生命。

Singapore Palliative Care Conference
1- 2 July 2023 | Marina Bay Sands
BUILDING COLLABORATIVE COMMUNITIES

2 一窥慈怀疗护工作的二三事

在雅西西慈怀病院、托福园和慈怀绿洲的协助下，海内外代表参观了病院设施，并且互相分享慈怀疗护的经验和故事。

与会者向慈怀绿洲的一位受益人挥手打招呼。

向与会者介绍托福园。

3 冯瑶珍慈怀疗护研究所成立

为传承本地已故慈怀疗护先驱吴冯瑶珍教授的理念，研究所将致力于提升病患及其家属的生活品质，以及提高本地与亚太地区提供慈怀疗护服务的能力。

全国慈怀疗护策略 4

担任大会嘉宾的卫生部长王乙康在致辞时，正式推介更新版全国慈怀疗护策略，以增加对慈怀疗护的支持、简化病患从急性治疗过渡至慈怀疗护的程序、加强经济援助、增加人力资源和及早开启临终计划和慈怀疗护的对话。

扫描二维码
以获得更多信息

全国慈怀疗护策略旨在确保通过新护理模式和加强人员培训，所有国人，包括其看护者，能够享有更佳的慈怀疗护服务。

“只有了解亲人的愿望是什么，我们才能更好地实现他们的愿望”

王乙康部长

5 开启发人深省的旅程

超过500 名与会者参加了精彩的全体会议和专题会议。知名讲员和专家分享了最新讯息，并且进行了精彩的讨论和交流想法。

6 探索丰富多元的创意

展览会上展出157份海报，展示了慈怀疗护社区的最新研究和真诚的奉献精神。

7 研讨大会交流晚宴

晚宴上气氛热烈，宾主尽情享用晚宴，共赏余兴节目，尽兴而归。

8 学无止境，奋进不息

与会者在研讨大会后参加各大小工作坊，探讨其他课题，学习新技能。

音乐治疗师林雯滇（雅西西慈怀病院）展示音乐的疗护力量。

我们衷心感谢所有演讲者、主持人、参展商、赞助商、与会者和义工的热情参与，使本次研讨大会顺利举行，圆满落幕。

我们2026年见！

请浏览 **我们的Facebook 网页，获得更多信息和照片**

观看 **研讨大会的视频**

活动一览

“活得精彩，走得自在”
Live Well. Leave Well. Festival

与至亲一起参与为期10天的外展活动，通过互动展览、有趣活动和工作坊加深对慈怀疗护的认识。

日期： 2023年10月13-22日
地点： 国家图书馆一楼广场
100 Victoria St, Singapore 188064

新加坡慈怀理事会“活得精彩，走得自在”展览@国家图书馆

参观在新加坡多个地点举行的展览，深入了解慈怀护理、如何开展临终计划和讨论生死话题的重要性。

日期： 即日起至10月31日
地点： 勿洛图书馆
11 Bedok North Street 1, Heartbeat@Bedok, Singapore 469662

建设关怀

越来越多慈怀疗护机构采用关怀友善社区模式。这需要由下而上进行一场彻底的全面变革，最终让每个人都能够活得精彩，走得自在。

友善社区

“养一个孩子需要一个村庄”这句俗语源自非洲，强调了抚养孩子需要社区里许多人和团体的共同努力。照顾患有重病的临终病患也一样，需要各方全力以赴和各种资源。

许多人以为慈怀疗护是由医生、护士、医疗社工、营养师和治疗师组成的医疗团队的工作。其实该领域已扩大至包括基层组织、社会服务机构、族群和宗教团体、职场、邻居、大家庭成员、朋友和整个社区。大家都在不同的环境里扮演重要角色。他们携手合作，为临终病患及其家属提供支持，帮助他们度过疾病、死亡和丧亲之痛。

这是关怀友善社 区运动的愿景。

关怀友善社区是更广泛的公共保健慈怀疗护，旨在改善服务的获取、提升看护能力、提高死亡识能和促进社会、情感和精神支持，以让更多人能够在弥留之际，在亲朋好友的陪伴下，在家里舒适和自在地走完最后一程。

临终关怀之轮

临终关怀似乎重新回到原点了。

在19世纪，看护病人和临终者是家人或宗教团体的责任，因为除了精神支持、祈祷和基本护理，人们无法让他们感觉舒适。在20世纪，随着医学的快速发展、专业护理的兴起和医院的建设，临终护理开始在护理机构里进行，成了专业医疗人员的职责。在某种程度上，它也变得更非个人化－‘临床’具有‘不带情感’和‘不带利益关系’

右：已故的吴冯瑶珍医生（左）、Anne Merriman 医生（右）和圣若瑟之家的修女照顾病人（1987年摄）。

的含义－而病人则在不是自己选择的地方去世。

西西里·桑德斯女爵士（Dame Cicely Saunders）被誉为现代慈怀疗护运动之母。她原来的职业是护士，后来受训成为医生，在东伦敦哈克尼区的圣约瑟安宁疗护院里研究限制生命疾病患者的疼痛管理。圣约瑟安宁疗护院是一所天主教慈怀疗护病院，专门照顾贫困的末期病患。

她认为临终疗护依然有许多不足之处。由于无法充分舒缓疼痛，以及在情感和精神上受到忽视，甚至遭到遗弃，病患在医院里痛苦地度过最后的时光。桑德斯对慈怀疗护的愿景涵盖了病人的‘全面痛苦’，包括身体、心理、社会和精神方面，并由一支多学科团队提供临终护理。她在1967年实现了梦想，创办了世界第一家现代慈怀疗护病院“圣克利斯朵夫安宁医院”，成为世界各地慈怀疗护病院的基准和灵感来源。

她的名言“你是重要的，因为你是你。即使活到最后一刻，你仍然是那么重要。我们会尽一切努力，帮助你安然逝去，但也会尽一切努力，让你活到最后一刻。”让那些致力于维护她的遗产和慈怀疗护精神的人们始终牢记在心。在她与志同道合的人的通信和互动中，桑德斯总是提醒考虑当地文化和需求的重要性。

将护理、死亡和临终回归社区源自1986年，世界卫生组织在加拿大渥太华举行的第一届全球健康促进会议。当时世卫所发布的‘渥太华健康促进宪章’，为公共健康的新时代铺路,涵盖健康医疗知识和社区参与策略，以“接受社区为健康、生活条件和福祉问题的重要声音”。

关怀友善社区运动的兴起从2005年开始。当时已故的卡拉汉教授在其Compassionate Cities: Public Health and End of Life Care一文中，不但明确定义了何谓关怀友善社区，更详述了建设该社区的方法。

社区里的关怀友善

关怀友善社区的愿景或许比我们想象的更容易实现。

最新近的例子就是新加坡人在新冠疫情中，同舟共济，实现共同目标。社区倡议如雨后春笋般涌现，促使普通新加坡人、企业和公共机构联结起来，为有需要的人伸出援手。《海峡时报》在2022年11月刊登的一文指出，超过13,000名义工报名参加各种计划。公务员首长叶成昌表示，新加坡人和政府之间的合作关系是危机中的曙光。“它突显了新加坡人相互之间强烈的关怀和关心精神，以及我们如何同心协力，为有需要的人提供服务，并团结一致地克服危机。”

自建国以来，这种自愿行动的精神和慈善，一直是新加坡传统的一部分。虽然医疗设施的建设主要由慈善家资助，但社区是沿着甘榜、宗教团体和宗族协会的路线培育的，并为新来的和有需要的人提供支持网络。

然而，由于对死亡和临终者的关怀始终是个禁忌的课题，因此被严重忽略。老人家口中从前的“死人街”、“大难馆”林立的硕莪巷恶名昭著，反映了人们欠缺给予临终者的一点点尊严和尊敬－此阴影印象依然在老一辈新加坡人脑海里存在着。死人街的养病所在1961年永久关闭后，大多数的人都在医院里去世。

新加坡第一个慈怀疗护服务是在1985年由圣若瑟之家所开启的，作为其老弱贫困疗养院的延申服务。圣若瑟之家的住院慈怀疗护服务为晚期疾病患者提供16张床位，并在《海峡时报》刊登了一篇报道后，成为许多新加坡人参与慈怀疗护志愿工作的起点。

在往后的数十年里，随着由志愿医疗保健专业人士领导的雅西西慈怀病院、HCA 慈怀护理、新加坡防癌协会、MWS 居家护理及居家慈怀疗护、托福园等机构的陆续成立，慈怀疗护运动持续发展。

文字：**盧恩勉** 照片：**新加坡慈怀理事会; Freepik**

万众一心，携手前进

对一些人来说，关怀友善社区的定义并不明确。可是，在过去25年里不断推广死亡识能的临床心理学家和社会研究员Kerrie Noonan医生形容，那是“为临终者及其家属携手提供支持的正式和非正式网络”。

Noonan 医生认为这些网络可能根据情况而改变。“有时候，人们会成立团体来照顾临终者；有时则推广倡议，为看护者、临终者或哀恸者提供更富有关爱的空间。”

Children’s Palliative Care Community（CPCC）的创始人兼总裁以及美国安提阿大学兼职教授，Katie Eastman教授在圣路加医院于2022年主办的第一届慈怀疗护研讨大会上发表了“Applying the Compassionate Community Model at the Individual, Organisational and Systemic Level”。

她分享了关怀友善社区如何为一个在岛上生活的临终儿童及其家人提供额外支持，以让他们能够继续留在家里。“当地的杂货店、渡轮职员、宗教社区、朋友和邻居，基本上全岛居民各自组成小组。到访的护士定期与他见面，向我们的慈怀疗护团队说明他的需求，而我们的医生则与岛上的医生紧密合作，留意他的症状。我们通过渡轮运送所需的医药。我们确保他感觉舒适，并且能够在岛上生活了一年多，直到他去世为止。”

未来一片光明

近几十年来，新加坡年轻的倡议者有所增加，诸如音乐之礼(Project Gift of Song)（第20页）和主要与陈笃生医院慈怀疗护病患为友的南洋理工大学李光前医学院学生的Pallipals。这些年轻倡议者邀请“病人参与棋盘游戏、艺术和手工艺、阅读和歌唱表演等活动”，以及组织外展活动以提高公众和医学院学生对慈怀疗护的认知。

在2023年7月8日，新加坡慈怀理事会召开领袖大会，与本地社区网络和团体的领导人共同探讨提高民众死亡识能的方法（第22页）。

“我对于存在于我们社区里的关怀友善和护理感到乐观。关怀友善社区运动的其中一个贡献就是提醒每个国人，当有人死亡、进行看护工作或哀恸时，他们都能尽一份力。” Noonan医生说。

无论是成为现有关怀友善社区的一部分，或建设一个关怀友善社区以解决护理上的差距，每个人都能作出贡献，而所产生的积极成果将大于各个部分的总和。

“关怀友善社区运动的其中一个贡献就是提醒每个国人，当有人死亡、进行看护工作或哀恸时，他们都能尽一份力。”

KERRIE NOONAN 医生

传递善心

1

关心身边的人，为有需要的家人、朋友和邻居伸出援手。

2

付诸行动，成为新加坡慈怀理事会的义工，成为优质慈怀疗护集体声音的一份子。在职场或学校倡导死亡识能活动，邀请新加坡慈怀理事会在您的社区里举办慈怀疗护须知101课程。

3

读取新加坡慈怀理事会的资源、参加网上研讨会和参观新加坡慈怀理事会的路演，以加强您对慈怀疗护的了解；关注新加坡慈怀理事会的社交媒体以获取最新信息。

从左：兀兰医疗保健园高级ACP协调员在关怀乐龄活动中心进行预先护理计划外展讲座；
對頁：兀兰医疗保健园ACP团队和健康教练使用会话卡与关怀乐龄活动中心的年长者进行分组活动 。

万丈高楼平地起

尽管无人衡量基层在发展关爱社区的努力的影响，
兀兰医疗保健园毅然携手推动社会变革运动的重要性 。

‘关怀友善社区’（Compassionate Communities）是Allan Kellehear在2000年代中期提出的概念。他认为‘关怀友善社区’是“自然存在于邻里和社区，是那些经历死亡、临终、看护、丧亲和哀恸的人们身边的支援网络。” 公众可以加入这些小组，从而加深对死亡、临终和护理的了解，并调整他们的做法和行为来支持临终者。

关怀友善社区是个强大的组织，旨在扭转21世纪建构死亡的医疗化，让临终和死亡回归社会和生活。在过去的二十多年里，已有数百个关怀友善社区开始在世界各地蓬勃发展。

新加坡正处于以基层运动的形式建立关怀友善社区的阶段。在过去十年间，不少相关倡导团体、运动和计划如雨后春笋般涌现。南洋理工大学的学生发起“死，都要说”（Dying to Talk）和“人生心声”（Living Wishes）运动，鼓励人们与亲人相聚用餐时讨论死亡。新加坡国立大学杨潞龄医学院的学生发起开心苹果（Project Happy Apples），以提高国人对慈怀疗护和预先计划的认识。南大李光前医学院的学生的音乐之礼（Project Gift of Song）以音乐为媒介促进社区参与，而ArtsWok Collaborative呈献的“两面之间”(Both Sides, Now)则致力于通过艺术创作和能力培育计划，提高国人对“好好地活，好好地走”的认识。新加坡慈怀理事会等慈善机构也主办了大型社区活动，让更多人理解慈怀疗护和提早计划的重要性。

然而，要断定各基层组织的努力可带来怎样可持续的影响与作用，如今尚言之过早。

Sydney Malenfant、Priya Jaggi、K Alix Hayden 和 Shane Sinclair 2022年在同行评审期刊《BMC Palliative Care》里发表的 “Compassion in healthcare: an updated scoping of the literature” 指出，全球策略往往侧重于提高意识和推广教育来加强个人的知识和技能，只有少数人会关注社区活化和制定促进慈怀疗护健康的公共政策。在分析成果的时候，评估工作也以个人为主，而不评估社区过程和结果。

文字：裘汉立医生，兀兰医疗保健园慈怀疗护和支持护理部门主管及高级顾问
照片：新加坡关怀中心

“死并非生的对立面，而作为生的一部分永存。”

村上春树

去年，新加坡举办了两场有关关怀友善社区的工作坊。第一场工作坊在圣路加医院于2022年11月主办的慈怀疗护研讨会上由Dr Katie Eastman带领讨论，而第二场则是在2023年5月举行的第八届的预先护理计划国际会议期间进行，由Dr Heather Richardson、Dr Kerrie Noonan 和 Dr Amy Chow负责。工作坊极具启发性，说明了如何在个人、组织和系统层面应用关怀友善社区模式，同时也利用国际公共参与协会所倡导的指导原则，让参与的指针从教育公众有关临终事宜，转向社区咨询、参与和合作。最理想的社区参与是赋权，也就是让社区提供帮助，而“死亡系统”的专业人士（已故Robert Kastenbaum教授，1988年）支持这些由社区主导的计划。

就关怀友善社区而言，我们到底应该采取由上而下或是由下而上的方法呢？我坚信我们需要一个“全社会”的方法。尽管势头强劲，基层活动激增，但是我们需要一个协调的应对，使死亡和临终社会化，并让死亡的课题回归到现实生活里。除了媒体宣传，其他举措还包括针对性外展活动，以及政策的调整，在卫生部于2022年推出的全国性健康SG计划下，促使人们转向新的“促进健康的慈怀疗护“模式。在接下来的几年里，新加坡人将会接触到护联中心为推广预先护理计划（ACP）和持久授权书（LPA）而推出的“提前规划宣传活动”，以及新加坡慈怀理事会为了提高社区对慈怀疗护的认知而倡导的“慈怀疗护推广大使”和“社区方向标”两项计划。

作为新兴服务，兀兰医疗保健园的慈怀疗护和支持护理团队以及 ACP团队采取由下而上的方法，并且直接接触各社区利益相关者，如新加坡关怀中心、旺年护理之家、亚洲妇女福利协会、瑞那拉耶拿教会、新加坡防癌协会、共和理工学院和基督堂中学。我们得到的反响非常积极。我们采用视频、幻灯片、展示摊位和卡牌游戏来教育公众如何正面的面对死亡和临终，以及如何做好准备。在这些工作坊里，有些年长者表示有兴趣与ACP协调员进行进一步的对话。为了分担社区参与的工作，我们组织了一支由护士、医生、社工和其他专职医疗专业人员组成的义工团队。为了联系我们在社区里服务的人们，我们必须走入社区，用时间和努力建立信任和关系。

人们往往对死亡刻意回避，也视之为终极损失和失败的象征。可是，死亡作为生命的一部分、一个自然事件和不可改变的事实，具有重大的价值，值得我们拥抱、理解和做好准备。作为一个社会变革运动，关怀友善社区运动的目的在提高死亡认知和社区应对死亡、临终、看护、丧亲和哀恸的积极性。虽然有了现代慈怀疗护运动，但在处理对死亡的无知和临终社会不平等问题时，依然存在太多或“太少、太晚”的状况。关怀友善社区模式希望通过恢复联系和社区，借以积极响应死亡，从而让死亡回归生活社区。在促进仁慈、关怀和人类尊严方面，我们仍需全力以赴。

带来欢乐和安慰

提供居家慈怀疗护的社区护士分享病患的经历，强调关爱的重要性。

对居家慈怀疗护而言，关爱社区工作的影响不容小觑。身为高级助理护士，我们有幸目睹了我们对病患及其家属的深远影响，即使时间有限。我们最近与凯乐思乐龄庄园居民谭国华先生的接触，体验了简单举动和富有同理心的护理的转化力量。

在一次的探访中，我们发现谭先生因为食欲日渐下降而遭到聚在一起品尝美食的朋友排挤在外。我们知道维护每个病患的喜好的重要性，因此决定深入了解他对食物的渴望和偏好。谭先生表达了对鲜蛤炒粿条、猪脚和榴梿等食物的渴望。我们答应下次来访时，会带这些美食给他，希望能让他感到安慰和快乐。

一个星期后，我们再次来到凯乐思乐龄庄园，发现谭先生完全沉浸在他喜欢的吃播节目里。他在床上看得津津有味的样子，说明了他是多么期盼我们的探访，而谭先生脸上展露的纯真喜悦，将永远刻印在我们记忆里。他那压抑不住的热情和感激让我们热泪盈眶。就在他一口一口品尝着自己喜爱的美食的当儿，我们意识到那简单的善举也具有转化力量。 虽然谭先生得以适度地品尝凯乐思乐龄庄园所提供的猪脚，但碍于饮食计划的限制，他无法随心所欲地经常享用这道美食。

谭先生的喜悦不只是来自于食物的美味，而是吃猪脚所唤起的回忆。猪脚是他已故的妻子做的爱心美食之一。在那宝贵的时刻，我们不只是提供慈怀疗护的护士；我们成为关爱的导体，连接过去与当下，并且在充满挑战的生活中提供一丝丝安慰。

上图：新加坡防癌协会的护士与谭先生共享欢乐时光。

这样的经历再次验证了护士在居家慈怀疗护中的深远意义。尽管我们与每位病患相处的时间可能弹指即逝，我们通过慈悲的举动带来的影响不可计量。我们超越医疗任务，肯定病患的个人喜好和愿望，从而创造有意义的联系和快乐时刻，提醒病患他们是被珍惜的个体，而不仅是被护理的对象而已。

我们始终坚持致力于关爱社区工作，而我们与谭先生的会面强调了满足病患的愿望是具有转化的力量，即使时间有限。我们通过包容和接受每个病患的个体性，让他们的时光过得更充实，并且减轻他们的痛苦，改善整体福祉。

居家慈怀护理的关爱社区工作跨越时间限制，给病患及其家属留下了长久的影响。身为护士，我们明白自己的职责不限于医疗护理，还包括人与人之间的联系的本质，以及改善我们所关怀者的生活素质。我们珍惜快乐时刻和个别量身定制的方法，以创造一个关爱的环境，让病患感觉自己获得关注、重视与珍惜。让我们继续以宽大关爱的胸怀，为那些将生命最后阶段托付予我们的人，编织一张充满关怀和支援的锦缎。

文字和照片：**新加坡防癌协会**

让毛小孩抚慰临终病患

狗狗是人类最好的朋友。能与你最好的朋友一起帮助有需要的人，何乐而不为?

Onyx 和我搭档组成治疗犬小组已经八年了。头两年，我们和其他治疗犬义工一起为有需要的人士提供疗愈服务，去过疗养院、医院和学校。

迈入第三年，我开始想尝试和 Onyx 自成一组单独工作。理由很简单，因为这能让我们更深入地与病患交谈，照顾他们的需求。我希望在一个以重视病患为主的环境里服务。

与此同时，我也注意到 Onyx 的一些转变。虽然他从小情绪就很冷静，现在却变得更加敏感了。如果察觉有人不舒服或疼痛，他就会表现出他温柔的一面。

在一位朋友母亲的葬礼进行告别仪式时，Onyx 的许多朋友也在场。但他并没有亲近他们，反而一直拉着我到另一个角落，去留意一位独自坐着的老先生。我后来才知道那位老先生是逝者的丈夫。见证了 Onyx 的同理心让我更有信心为临终病患服务。

Onyx 很擅长打破冷场。只要有他在，我就不用担心无法与陌生人交谈，一切都能包在他身上！当他一现身，能让房间里的病患及其家属的心情喜悦。这给予我一种温暖却不可言状的感觉，也是一种肯定，敦促我们继续做下去。

我很荣幸认识了一群勇敢的病患，也经历了许多深深触动我的事件。往往让我特别难过的是，今天握着我的手的人，明天或许就不在世了。尽管这种情况经常发生，但没有人会因此而习以为常。调整期望是我必须学会的事。

进入一个房间，看到空荡荡的床，而不是你上星期看到的病患，是很平常的状况。在那样的时刻，我会停顿片刻，提醒自己已达成我们当初设下的任务目标，为病患带来了安慰，即使只是短短的片刻。

有一天，我们接到义工经理的来电。有个病患的最后愿望，是要与 Onyx 共度时光。我深受感动和荣幸，也非常激动。当你知道有个人的最后愿望是要与你的宠物共同相聚，你会作何感想？那不是生命能教会你的事。

我们安排时间去见杜大叔 (化名)。我让 Onyx 和他一起坐在床上。有几次我还走开了一下，好让他俩有独处的时间。

杜大叔的话不多。可是，他告诉我他已故的狗狗的名字，还说她被宠坏了，就像 Onyx 一样。他眼里闪动着光芒。

到了我们该告辞的时候，他看着我说，“非常谢谢你。”我握着他的手，告诉他，“谢谢你对 Onyx 的爱。”

杜大叔在隔天过世了。

另一位让我们难忘的病患是林女士（化名）。她不记得我的名字，也不记得前来探访的护士、医生或治疗师的名字。她唯一记得的名字是 Onyx。

我非常感激有机会做我们正在做的事情。这是一种特权。每多一分钟与患者共度的时光都是一份额外的奖赏。

这趟旅程是疯狂的、悲伤的、有意义的、又如此的充实，像坐过山车一样。可是，你知道吗？我迫不及待要再次经历这一切有意义的旅程。

上网关注facebook.com/onyxbaby 看看Onyx如何与临终病患一起开启富有意义的旅程。

ONYX 的观点

嗨，我是Onyx！帮助有需要的人，无需太费力。一个微笑、拍拍肩膀或一个拥抱。有时候，即使只是在同一个房间里坐着陪伴，不说一句话，也可以意味深远。当你真的付出而不求回报时，你就会感觉最轻松，最幸福快乐。今天对个陌生人微笑吧。不，今天就对十个陌生人微笑！

文字：**Serene Loo** 照片：**Serene Loo/白俊杰**

抚慰心灵的旋律

音乐之礼 (Project Gift of Song) 在音乐与重疾交汇点上建立关爱社区，展开欢庆生命和拥抱死亡之旅 。

从左：音乐之礼的义工与卫生部长王乙康先生在新加坡慈怀疗护研讨大会上合影。

“才14岁？”在卫生部长王乙康先生猜测最年幼义工的年纪时，我和义工相视一笑。我们在新加坡慈怀理事会的邀约下，在今年7月举行的第八届新加坡慈怀疗护研讨大会上设立展位。王部长是研讨大会的嘉宾。

我们介绍了音乐之礼的青年义工。他们来自新加坡的各个角落，其中包括中学生和大学生。

这并不是我们第一次因义工年纪小而令人惊讶。许多人也对我们这么年轻就开始倡导临终护理感到好奇。其他人则惊叹我们组织的规模－目前有80人，分别来自七个学院。音乐之礼是六个朋友在2020年尾，新冠疫情高峰时期联手创立的，至今已与当初创办之时完全不同了。我们看到音乐如何在动荡不安的时候将世界各地的人们团结起来，从而深受启发，希望利用我们对音乐的热情，回馈社会。

我们会接触慈怀疗护或许是机缘巧合－我因偶然看到一篇关于新加坡救护车圆梦队帮助临终病人完成心愿的新闻。此外，卫生部的一份报告显示，尽管新加坡拥有世界级的医疗保健系统，我们在疾病和残疾中度过生命的最后十年。这令我们感到震惊，也令我们更坚决要去探索音乐与重疾的交汇点。我们希望利用音乐所带来的安慰，在我们快速老龄化的社会中尽其所能延长健康寿命。在“年轻变革者基金”的慷慨支持下，我们开始为新加坡救护车圆梦队筹款，并且提高人们对临终护理的认知。通过售卖商品、收集电子垃圾和虚拟慈善音乐会，我们至今已成功筹得$7012.80，包括收集到的108公斤的电子垃圾。

作为我们与新加坡救护车圆梦队合作的一部分，义工们有机会从一位受益人配偶的生活经历学习。其中一个特别感人的感悟：我们必须及时对所爱的人表达谢意，以免为时已晚。我们也在准备2021年的新加坡慈怀疗护研讨大会闭幕典礼的过程中，认识了新加坡的慈怀疗护运动。我们的义工整理了新加坡慈怀理事会纪念册的历史照片，与周雪莲医生一起编排和表演“Our Hospice Story”项目。这是周医生向新加坡慈怀疗护先驱致敬而创作的歌曲。

我们也深入了解如何在医疗保健中应用音乐治疗。我们与音乐治疗协会（新加坡）联系后，义工们在慈怀疗护音乐治疗师林雯滇的建议下，为公众举办了一场音乐与健康工作坊。虽然主题非常广泛，有位参与者最终主动地创作了一首关于丧友之痛的歌曲；这正说明了音乐如何能为新加坡人对生命和死亡等个人经历中的无助脆弱感，提供了宣泄的管道。

这类的交会与反思令我们对音乐之礼更加卖力，鼓起勇气来探讨不寻常的途径，而终于在音乐的慰藉下从欢庆生命与拥抱死亡中寻获了自我。我们与日间慈怀疗护社区合作，进行互动式音乐活动，同时正开展一个社区主导的方法，让人们用音乐留下个人的遗产。我们希望借助音乐以促进有关临终的对话。目前，我们的义工致力于所关注临终的困境和选择取舍的课题上，进行开诚布公的对话。我们也确保义工们掌握音乐和临终事宜的知识，包括慈怀疗护、预先护理计划和正念慈悲。

音乐之礼与新加坡慈怀理事会的合作为我们提供了宝贵的资源和机会。我们与南大李光前医学院创立的社区参与项目Pallipals合作，特邀新加坡慈怀理事会主办“慈怀疗护须知101”课程，还安排了新加坡慈怀理事会董事许荣焕医生的特别分享。作为一系列关于提高死亡和慈怀疗护意识的全国对话的一部分，我们也很荣幸参加了最近的领袖论坛。我们因为能够与新加坡慈怀理事会合作，获得更多社区参与的机会而感到兴奋。有机会与托福园和雅西西慈怀病院等新加坡慈怀理事会成员组织，以及护联中心密切合作，让我们与有荣焉。

我们所构想的未来，是一个年长者能够活得精彩，走得自在的未来。我们深信新加坡的年轻人就是这个未来的先驱。我要向过去和现在的义工、导师和合作伙伴表示由衷的感谢。他们相信和鼓励我们，同时以各种方式为我们团队的成长做出了贡献。在我们共同以歌追求梦想时，你们的支持对我们具有非凡的意义。

文字：**黎佩德**
照片：**音乐之礼**

一生一逝

新加坡慈怀理事会首届探讨正常化临终对话和提升死亡识能的领袖论坛，受到社区赞赏 。

为配合第八届新加坡慈怀疗护研讨大会，新加坡慈怀理事会在7月8日首次主办了“领袖论坛－一生一逝”，以鼓励人们以开放和包容性的态度讨论临终事宜，并且提高大家对死亡课题的了解和意识。死亡识能是一套获取并理解，从而做出有关临终和死亡护理选择的实用知识、经验和技能。

共有20多位来自不同种族或宗教团体、青年团体和社会服务组织的领袖齐聚一堂，讨论不同观点，也探讨在各自社区里能够影响、改变和鼓励临终对话的机会。来自欧亚协会、武吉巴督东公民咨询委员会、阿尔慕达金回教堂、新加坡佛教总会等组织的领袖讨论了以下要点。

展开对话

展开关于生死的对话是必要的。唯有通过公开的讨论，我们才能开始处理死亡事宜。如果因为避谈生死而没有留下明确的指示，最终可能无法了却心愿和导致纠纷。这些讨论话题包括未来医疗健康护理计划和遗产规划等。尽早参与对话让我们能够未雨绸缪，并做出明智的决策，也获得至亲的支持。

大家群策群力，共同展开以死亡为题的对话，有助于创建一个具备死亡识能，并且有信心和能力处理生死事宜的社区，也能为看护者和患有限制生命疾病的人们提供支持。

那么，什么时候才是谈论生死课题的好时机呢？就在此时此刻。

赋权社区

在社区里促进一个公开和关爱的文化是重要的，能让人们愿意谈论重要的生死课题。每个人的生死问题都与其背景和社会网络息息相关。因此，社区的支持至关重要。与死亡有关的传统和仪式、对来生的信念、以及我们如何纪念往生者，都可成为与至亲展开死亡对话中熟悉和最适当的内容。大家也提出了一些问题，探讨我们如何能够更好地让社区做好参与死亡对话的准备，以及在生死问题上相互扶持。

死亡是个与人际关系和精神领域相关的过程。随着生命逐渐走向终点，病患及其家属往往会向宗教领袖求助，帮他们接受死亡。新加坡全真教化协会的庄光栋主席表示，“我认为，在我们探访他们时，知道如何帮助他们度过这个过程是重要的。”

社区领袖可以担任临终对话的主导人和促进者，并且倡导及早规划。有许多组织相继推出了不少相关的计划，如城市丰收关怀服务社（CHCSA）的“Parting Words”和宏茂桥家庭服务中心的“说好人生”。可是，城市丰收关怀服务社的执行总监刘庆权先生指出，“临终计划是我们需要做得更好的一件事，我们需要更刻意地去进行。”宏茂桥家庭服务中心关怀及融合部门的主任邱德胜博士也有同感。他说，“许多会员对死亡课题的认知不足。事实上，他们总是避而不谈，因此有需要去创造空间，让他们一起来谈话。”

此外，会议还强调如何善加利用现有大量的资源来填补知识的空白和进行死亡及临终教育。现有的资源包括书籍和指南、录像片、计划项目、工作坊等，提供各种实用的信息、建议和帮助，从而提升个人的死亡识能。莱佛士书院的学生刘屹珂说，“参加了新加坡慈怀理事会的‘慈怀疗护须知101’课程后，我们都觉得这是个向同辈们说明这个课题的好方法。”

连结关爱社区

本次论坛是一系列论坛中的首个，旨在促进不同领域的领袖和利益相关者的参与和讨论，推动大家的讨论。新加坡佛教总会见心法师说，“我感谢今天的分享，让我们这些领袖可以做好准备去帮助别人。”新加坡会在2026年达到超老龄化的状态。新加坡慈怀理事会相信，提高全国的死亡识能，与社区合作帮助国人做出明智的决定，并以尊严和关爱迎接生命终点，是至关重要的。

扫描QR码观看论坛亮点视频 。

文字和照片：**新加坡慈怀理事会**

向专家提问

从护理角度而言

慈怀疗护医生Meera Agar教授是澳大利亚慈怀疗护委员会主席兼Centre for Improving Palliative, Aged and Chronic Care through Clinical Research and Translation 的主任。她对晚期脑部疾病患者的支持性护理需求特别感兴趣。她也领导澳大利亚悉尼科技大学的临床研究。今年七月，她担任第八届新加坡慈怀疗护研讨大会的讲员，分享了她在促进慈怀疗护社区协作方面的专业知识和见解。

您为何会加入慈怀疗护领域?

我在悉尼学习内科医学时，在一个偶然的情况下参与了慈怀疗护。一直以来，我对肿瘤学和老年病学都很感兴趣。因此，我在慈怀疗护医学中看到这两者之间的协作关系。我也认识慈怀疗护部门的主任Ghauri Aggarwal教授－她是我小时候的舞蹈老师!

您认为公众或医护人员对慈怀疗护最大的误解是什么?

我认为最大的误解就是以为慈怀疗护是只关于死亡。其实，慈怀疗护与善活有关。人们常认定只有在生命的最后几个小时或最后几天才需要慈怀疗护；事实上那是一段更长的时间。许多人也以为癌症患者才需要慈怀疗护。我相信医护人员和社区的误解往往一样；毕竟，我们对死亡经历的了解，在很大程度上会受到我们个人的经历和态度所影响。

您认为慈怀疗护应该是初级医疗保健的一部分吗？这种医疗保健的转变对病患或大众而言的最大利益是什么?

多数慈怀疗护病患都希望在家里过世。在这种情况下，基层医疗保健毫无疑问地就是优质慈怀疗护的重要一环。其益处是显而易见的：我们能够以积极和预防性的护理满足人们的偏好，并且避免带给人们苦恼和无法充分利用资源的急性护理。

作为临终护理的从业者，谈论生死对您会比较容易吗?

我觉得我对于这类对话感到自在。我有信心自己有足够的训练，让我在进行这些对话时发挥尽致，并且也非常重视各方面的观点。我不知道用“比较容易”这个词是否恰当，每个与垂死者及其家人进行的对话是独一无二的，带给你新的领悟。他们都需要个别的关注和照料，对我来说无论如何都是新的体验。

我有个在学习慈怀疗护医学前接受了基层医疗保健培训的同事曾经告诉我，她带了一些医学院的学生进行社区探访。他们对于重病患者没有马上被送入医院感到困扰。她回答说，如果那是病患内心所祈求的，为了这个原因，才更必须让患者留在家里。

这种情况总是提醒我要确保我们的初级同事有机会见证这些对话，并尽量让更多人参与，以让他们能够找到自己独特的方式完善地交流沟通。

澳大利亚慈怀疗护如何鼓励死亡对话?

澳大利亚慈怀疗护定期参与社区运动和计划，让更多澳大利亚人有能力讨论慈怀疗护和临终护理。我们最新的推广运动命名为More Than You Think。我们利用动画让人们能够轻松讨论课题，然后在全国主要媒体上播出。

作为慈怀疗护领域的领导者，您推广慈怀疗护的主要目标是什么？您如何实现这些目标?

我的事业初期主要关注为病患及其家属倡导慈怀疗护。随着时间的推移，我意识到在政府和政策层面上促进慈怀疗护的重要性。我们也需要将研究转成实践，为所有人获得公平和更好的效益。我的方法向来都是为个人、另一位临床医生或政治利益相关者解除障碍，以便能够从他们的非慈怀疗护视角呈献个案。强调优势的方法比直接对峙更能说服最顽固的临床医生！身为一名研究员，使用数据和证据也让我能够与临床同事展开对话。

Meera Agar教授在SPCC 2023上发言

许多人都不知道慈怀疗护也支持看护者。您对那些考虑让至亲接受慈怀疗护的看护者有何建议?

肯定他们的角色的重要性，看护者的护理与需要慈怀疗护病患的护理一样重要。我也尝试提醒人们若有任何问题，要尽快告知护理团队－看护者往往不想要‘打扰’护士或认为问题不大；可是，如果他们明白我们可以更迅速地作出反应，他们就更有信心成为我们的护理伙伴。鼓励看护者和至亲之间的对话也很重要；有时候，看护者需要一些指导，学习如何进行这些重要对话。

展望未来，您对慈怀疗护和将慈怀疗护融入社区的安排有何期待？个人和机构能够如何参与?

在澳大利亚慈怀疗护，我们的愿景是一个人人随时随地都可以享有优质慈怀疗护的世界。这需要一种可及、可轻易调动和根据需求而调整的护理。它需要医疗保健与社会关怀和社区携手合作，以及重视社区里所有看护者和护理的政府。每个人都能以各种方法帮助我们实现这个愿景，例如筹款、倡导社区计划、为自己或至亲了解慈怀疗护、与至亲进行临终心愿对话或参与培训以提升自己的临床技巧。

您在临终护理方面的工作是否改变了您对生活的看法？您能分享一下它是如何影响或改变您的吗?

我得到的启示是：我们对任何人生命中将会发生什么事完全无法预测，我们必须尝试以慈悲心来化解所有的冲突。内向的我也因此学习到勇于发言，说出那些我有幸看护的人的心声。我不认为20年前的我会主动接受媒体采访!

> “我认为最大的误解就是以为慈怀疗护是只关于死亡。其实，慈怀疗护与善活有关。”

文字和照片：新加坡慈怀理事会

捕捉慈怀疗护核心的摄影比赛

通过得奖作品展示一个充满温暖、爱和亲密关系的世界，欢庆慈怀疗护供应者坚定不移的奉献精神。

由新加坡慈怀理事会主办的第一届摄影比赛于第八届新加坡慈怀疗护研讨大会（SPCC 2023）举行。摄影比赛以令人深省的“勇于关怀”为主题，旨在表彰慈怀疗护医疗专业人员对工作以及与病患和看护者互动时的勇气、奉献和关爱。

来自海内外的参赛者所提交的摄影作品，展示了慈怀疗护的重要性和影响。评审根据摄影作品的原创性、创意及与切题性进行评选，最终选出以下五个类别的优胜者最终选出五个类别的优胜 者－每个得奖作品皆描绘了一个有关勇敢与关爱的故事。个得奖作品皆描绘了一个有关勇敢与关爱的故事。得奖者在7月1日出席了SPCC 2023 研讨大会晚宴，在颁奖典礼上获颁总值$500的现金奖及餐饮礼券。

晚宴上也展出所有优胜作品，供嘉宾欣赏。嘉宾们也有机会从中挑选自己认为最受欢迎作品。投票结果非常接近，最激励人心的照片最终脱颖而出，获选为最受欢迎作品。照片主角Dr Kinley Bhuti额外获得现金奖和餐饮礼券，让晚宴更为难忘。

我们感谢所有参赛者提交作品，让我们也感受到在慈怀疗护职责之余的温暖、关爱和看护。我们也恭喜所有实至名归的得奖者，他们的摄影作品捕捉了勇气与恻隐之心的真髓。我们希望这些照片及得奖者所分享的故事将永远激励和启发我们，这股坚定不移的关爱和服务精神，会继续在世界各地慈怀疗护专业人员心中茁壮成长。

❶ Amrita Shrestha 医生和丈夫 Suraj Maharjan 医生
❷ Kinley Bhuti 医生
❸ Manju BK 女士
❹ 理事会董事白南泉先生颁奖给杜玮诗

扫描欣赏
参赛作品和了解更多详情！

了解更多
Kinley Bhuti 医生分享得奖作品背后的故事

文字和照片：新加坡慈怀理事会

最激励人心和最受欢迎

Kinley Bhuti医生

临床研究员，新加坡国立癌症中心支持与慈怀疗护部门

最暖心

Amrita Shrestha医生

儿科顾问医生，尼泊尔绿色牧场医院和康复中心慈怀疗护和慢性疾病部门

最丰富多彩

王业雁

护士，新加坡陈笃生医院

最具勇气

Manju BK

护士，尼泊尔绿色牧场医院慈怀疗护和慢性疾病部门

最具创意

杜玮诗

通讯公关执行员，HCA 慈怀护理

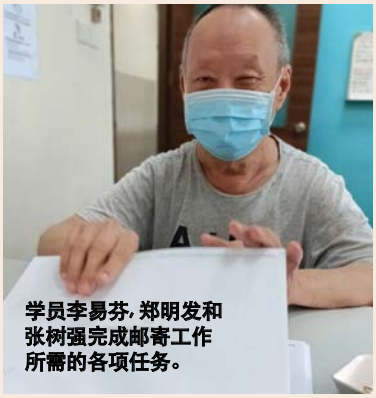
携手打造关怀友善社区

您是否曾经想过，慈怀通讯是如何被送达订户手中？？每三个月，大约30名新加坡智障人士福利促进会（MINDS）—友诺士培训与发展中心的学员都会小心翼翼地整理每份邮件，确保将最新一期的《慈怀通讯》送到您的手里。

这项从2021开始的合作计划，是该中心为协助学员探讨和学习工作技能而展开的多个计划之一。在培训人员的指导下，学员会执行各种任务，包括将期刊放入信封内，以及贴上地址标签和邮票。除了培养他们的精细运动技能，这项计划也模拟工作和生产任务，让学员在看到成品时增进自立与对工作意义的意识。

新加坡智障人士福利促进会强调以关爱及以人为本的方法，根据每个人的能力提供服务和创造机会开发学员的潜能。中心培训人员张馨爱指出，这类合作“让机构和社区看到我们的学员拥有巨大潜能，能够完成那些根据他们的个人需求和理解能力而制定的任务。”

为扩大社区外展，新加坡慈怀理事会在2023年6月起，将慈怀疗护的发行网扩展致全岛1600家庭诊所。因此，新加坡慈怀理事会扩大了与新加坡智障人士福利促进会的合作范围，也包括了淡滨尼培训与发展中心。我们希望能够通过此长期合作关系，鼓励民众和机构共同建设具包容性和更关怀友善的社区。



学员李易芬，郑明发和张树强完成邮寄工作所需的各项任务。

文字：新加坡慈怀理事会
照片：新加坡智障人士福利促进会友诺士培训发展中心

编委组

执行董事	沈美霞
编辑	张夏帏
通讯组	张雪贞，张瑞恩， 陈淑萍
美术设计	Christian Subrata
翻译	许美燕

会员机构

亚历山大医院
雅西西慈怀病院
佛教慈济慈善事业基金会 （新加坡）
樟宜综合医院
托福园
HCA 慈怀护理
新加坡邱德拔医院
连氏慈怀研究中心
慈光安宁居家护理中心
MWS居家护理及居家慈怀疗护
李佩音
杨雪慧
潘在祥
王丽云
吴燕妮
杜玮诗
陈丽芯
陈瑞莲
Sa'diah Amir
欧阳明怡
慈怀疗护研究与培训中心（PalC）
仁慈医院
盛港综合医院
新加坡防癌协会
新加坡中央医院
新保集团社区医院
圣安德烈社区医院
圣若瑟之家
圣路加医院
陈笃生医院
曹氏基金会
陈丽君
蔡颖玫
Farah Rahman
Camilla Adindamaulani
罗可庭
Muhammad Azhar bin Abdul Rahim
白丽君
吴雪宁
蔡慧玲
陈嘉恩
容艳萍

订阅电子期刊

获取关于慈怀疗护和各种活动的最新信息，以及激励人心的慈怀疗护故事。

SINGAPORE HOSPICE COUNCIL
Living before Leaving

新加坡慈怀理事会是个代表全国各慈怀疗护机构的理事会。

535 Kallang Bahru #03-09 GB Point, S (339351)
T: 6538 2231 • E: info@singaporehospice.org.sg
www.singaporehospice.org.sg

未经新加坡慈怀理事会书面授权许可不得复制、引用、转载或翻印本刊物的任何内容。Yung Shung Printrade Pte Ltd印刷。新加坡智障人士福利促进会的受益者协助本刊的邮寄过程。