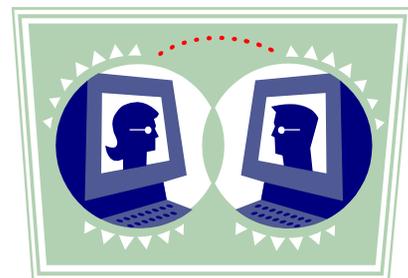




善用科技跟子女通訊 - - - - - 鍾志剛堂委

「天涯若比鄰」，在今天的科技社會下，真的可以重現。

我的女兒在海外留學，我和太太可以每天跟她通話，聆聽她的分享，不單聲音，還可以每天見到她的面。望著她一天一天的成長，掛念之情雖仍然存在，但透過現今智能手機的方便，我們可以隨時隨地「面對面」的跟她溝通。



我們之間有一個沒有協議的默契，就是每天在固定的時間通訊約10分鐘，如因出外或其他重要事務未能通訊，則早一點知會，免得對方擔心。若然女兒間中來不及通知我，我們父母在香港等不到她的來電時，仍會相信她安全，只是因有突發事情而未能聯絡我們。相反，如果安全出了問題，校方也會與我們聯絡呢。



每次再聯絡後，我們沒有責怪女兒為何不依時間通訊，反而會多加體諒、關心她是否出現了一些特別事故。在保持互信及互相尊重下，父母女兒之間可以維持有效及主動的溝通。最終目標，父母總想兒女成長、成熟，能獨立處理生活各種大小事情，所以我們不會是審犯式的溝通，也不是要支配孩子，要她報告一切行蹤。善用手机通訊科技，真的可以與千萬里之外的人連在一起。



好書推介 - - - - - 圖書館管理員

《家庭成長歷程》

每個在外面歷盡風雨的人，總渴望回到家能靜靜休息，感受家的溫暖，哪管是一碗暖湯，還是一句窩心話。這是每個人的夢想，然而當我們見到別人的家父慈子孝，而自己的卻是一團糟時，心裡的辛酸真不知如何開口。

俗語說「家家有本難唸的經」，最好的家庭都有不為人知的困難。深信大家為了改善家庭關係，不時會參與坊間講座、或看書、或參加家長小組等，但頗多的家長都表示，有時用不得其法，於是不停尋找心目中認為是最有效的教導方法。

筆者十分欣賞家長們的努力，願意花時間學習照顧家人。若希望家庭能健康成長，大家可以參閱本書，從中認識人生和家庭的發展都有時序，便能預測和敏銳家人的需要，藉著開放自己彈性地適應轉變，過渡不同的階段。

時光不會停留，家庭關係會改變，能幫助家庭成員走過不同階段，互相結連，對家產生歸屬感，是要一家人彼此努力維繫，家才能成為各人的動力和安樂窩。祝福各位能同心跨越困難，享受家庭溫暖，幸福滿滿。

(家長資源中心，索書號：F212)





香港是一個繁榮城市，社會資源看似豐富，然而當大家走訪工商廈及唐樓，不難發現板間房、劏房，甚至是籠屋，同時在街上仍有一群露宿者，三餐不繼的人仍存在。面對貧富懸殊、通貨膨脹等帶來的影響，小市民生活百上百斤。即或盡量減省其他開支，始終也不能減去食的需要，究竟社會今日有什麼措施去提供援助呢？

社署在 2009 年起，於各區資助數間團體設立食物銀行，筆者在去年曾於其中一間機構負責食物銀行的日常運作，接觸不同的申請者，向他們推廣服務、回覆電話查詢、接見他們及派發食物。當我每次細聽他們的近況時，彷彿是與他們共度時艱，知到他們的生活得到改善，更深感這份工作很有意義。縱使有申請者生活如舊，我們都會鼓勵他們努力生活下去，深信未來會變得更好。



除政府資助的食物銀行外，社會上有不少熱心人士及團體見到此需要，紛紛在自己的能力下回饋社會，以行動去回應社會需求。近年來，有很多食肆派發免費飯盒，志願團體就將晚上收集得來的蔬果轉發給市民，亦有熱食飯堂服務，提供廉價膳食。亦有食肆推行代用券，鼓勵有能力的市民多購一份餐，然後轉贈有需要人士，實行守望相助。

食物銀行(Food Bank)的成立

為未能滿足早、午、晚「三餐」基本需要的人士或家庭，提供緊急及短暫的膳食援助。

服務對象

難以應付日常食物開支的失業、低收入人士、新來港人士、露宿者、面臨突然轉變及有即時經濟困難者。

2014 年 3 月起各區獲資營辦食物銀行的機構

| 服務地區 | 新營辦機構 |
|-------------------|-------------|
| 荃灣、葵青、港島及離島(包括東涌) | 聖雅各福群會 |
| 觀塘、黃大仙及西貢 | 循道衛理觀塘社會服務處 |
| 九龍城及油尖旺 | 浸會愛羣社會服務處 |
| 深水埗 | 東華三院 |
| 沙田、大埔及北區 | 香港婦聯有限公司 |
| 屯門 | 香港聖公會福利協會 |
| 元朗 (包括天水圍) | 保良局 |

捐贈方法如下：

1. 將捐物放置於商場的捐物箱內
2. 可先致電各機構所收取捐物內容，於辦公時間內親自轉送至相關機構

如欲捐贈，可參考以下類別：

食品須有包裝、沒有開封、有食物保質期標籤、距離食物保質期屆滿尚有兩個月或以上。

如：米、麵、罐頭、奶粉、餅乾



在金融海嘯，各種的經濟、社會因素影響下，申請援助人數持續上升，即使最低工資實施了，低收入人士的經濟也沒因而改善，反之更多全職人士被迫轉兼職，收入減少後令他們亦需食物援助。所以我們在飲食上不要浪費，在有能力的情況下多做善事，因為能夠付出，去關心別人的需要，也是一種福氣。願我們每天所需用的，求神給予我們，也賜我們有行善的力量，祝福你！

「我凡事給你們作榜樣，叫你們知道應當這樣勞苦，扶助軟弱的人，又當記念主耶穌的話，說：『施比受更為有福。』」(徒 20：35)

知多一點點

食物援助服務有不同的形式，你知道幾多呢？

乾糧派發
(食物銀行)



平價市場
(集體團購)



免費飯盒



物資轉贈



熱食服務
(\$10 飯餐)



代用券

