

秋 | 冬 2021

INTOUCH 觸覺



Be smart, Self-check!
定期自我檢查乳房



癌症基金會
CANCERFUND
抗癌路上不孤單

www.cancer-fund.org

INTOUCH 觸覺



癌症基金會
CANCERFUND
抗癌路上不孤單



目錄

- 03..... 創辦人及總幹事的話
- 04..... 癌症基金會粉紅革命 2021
- 06..... 留下最美回憶 — 母女相處最後時光
- 08..... 乳癌後對人生的覺悟
- 10..... 前列腺癌康復者 舞走黑暗
- 12..... 應對「化療腦」小貼士
- 14..... 關顧癌症患者身心靈健康
- 16..... 籌募善款
- 18..... 鳴謝
- 19..... 抗癌大步走

你的支持為他人帶來力量

請考慮加入我們的「癌症基金會之友」月捐計劃，支持本會的免費癌症支援服務，每月只需一頓晚餐的價錢，已能改寫有需要人士的生命。你的一個決定，可以為癌症患者、其家人及照顧者帶來希望及實質的關護。

坐言起行，以行動支持受癌症影響的人士。請致電 3667 6332 或透過二維碼 (QR Code)，加入我們的「癌症基金會之友」。



聯絡資料

香港癌症基金會辦事處

香港中環荷李活道 32 號
建業榮基中心 25 樓 2501 室
電話：(852) 3667 6300
傳真：(852) 3667 2100
電郵：public@hkcf.org

香港癌症基金會婦女服務中心

香港中環皇后大道中 99 號
中環中心地下 5 號室
電話：(852) 3667 3131
傳真：(852) 3667 3199
電郵：canlinkcentral@hkcf.org

香港癌症基金會服務中心（北角）

香港北角馬寶道 28 號
華匯中心 22 樓 2201-03 室
電話：(852) 3667 3030
傳真：(852) 3667 3100
電郵：canlinkcentral@hkcf.org

香港癌症基金會服務中心（黃大仙）

九龍黃大仙下邨（二區）
龍昌樓地下 C 翼 2-8 號
電話：(852) 3656 0700
傳真：(852) 3656 0900
電郵：canlink@hkcf.org

香港癌症基金會賽馬會服務中心（葵涌）

新界葵涌大連排道 132-134 號
TLP132 三樓
電話：(852) 3667 3232
傳真：(852) 3667 3299
電郵：canlink-kcc@hkcf.org

諮詢熱線：3656 0800



追蹤及讚好專頁

香港癌症基金會

親愛的好友們：

很欣喜我們各間服務中心已重啟面授課堂及朋輩支援服務，反應亦非常正面。過去的 12 個月儘管困難重重，但同時也凸顯了我們服務的重要性，在這艱難時刻，很慶幸我們能夠為受癌症及疫境所影響的家庭伸出援手。

本會以 Zoom 形式進行的網上課程一直甚受歡迎，過去一年舉行了超過 400 多個身心靈健康網上直播課程並有超過 20,000 人次參與，而我們當然更加高興能夠與大家面對面親身接觸。

希望大家一齊參與「癌症基金會粉紅革命」關注乳癌活動，呼籲女士們要「Be Smart. Self-Check.」。而粉紅色是國際乳癌關注月的主題顏色，用以表示支持乳癌患者，而我們很榮幸能夠出一分力，加添粉紅力量。

期望您能參與今年於 10 月 29 日舉行的「粉紅服飾日」及購買粉紅慈善精品，為自己配襯玩味粉紅造型及在您的購物清單加上粉紅元素，也可以考慮為這別具意義的活動舉辦一個專屬於您的粉紅派對。您的支持，讓我們可以為更多的受癌症影響人士提供免費資訊及支援。

我們已幫助數以千計的女士，為在醫院剛完成乳癌手術的患者送上乳癌復康包，並舉辦針對性的身心靈健康課程以迎合她們的需要。感謝多年來一直支持我們的朋友，讓我們可以一步步幫助更多有需要人士。

在今期《觸覺》，您可以看到崔鉅勳先生分享他患上前列腺癌的經歷，並了解我們的專業團隊和「舞出活力婚姻」研習班如何幫助他

和太太更安穩地走過抗癌路。我們同時也分享了一位媽媽的感人故事，她的 19 歲女兒患上腦癌，仗著本會的緊急援助金，才能在女兒最後的階段，在這珍貴的時刻好好陪伴和照顧女兒。此外，我們的身心靈健康服務在今年迎來了 10 週年紀念，感謝大家的支持，期望我們能協助更多的癌症患者活得更好。

衷心感謝我們的前線關護團隊、同事和義工的努力，讓我們的服務中心成為社區中的支援綠洲，確保抗癌路上不孤單。

順祝
身體健康、生活愉快！

創辦人及總幹事



羅莎莉





粉紅力量

就讓我們一起展現關愛精神！「癌症基金會粉紅革命」是本會於每年 10 月舉行的關注乳癌活動，提高大眾對乳癌的關注和為免費乳癌支援服務籌募善款。乳癌是本港女性最常見癌症，平均每 14 位本港女士便有一位於一生中有機會患上乳癌*。「及早發現，生機再現。」乳癌若能在早期便被發現，治療會有較多方案可供選擇及痊癒機會亦會增加。

本會呼籲女士們要「Be Smart. Self-Check.」，希望更多人知道及早發現的重要性，同時捐款支持受乳癌影響的人士。我們今年推出了一系列的活動和宣傳，期望大家能一起加入粉紅行列。

「癌症基金會粉紅革命」所籌善款將全數用於本會的免費乳癌支援服務，而本會於社區開設的各間服務中心，包括針對性支援乳癌及婦科癌患者的婦女服務中心，為有需要人士提供關護服務及實用資訊。

*資料來源：醫院管理局香港癌症資料中心 2020 (2018 統計數據)，一生累積風險 (0-74 歲)。

想知更多本年度的「癌症基金會粉紅革命」資訊，請瀏覽：
www.cancer-fund.org/pink



粉紅大使：Sammi

很榮幸能夠邀得 Sammi（鄭秀文女士）再次成為我們的粉紅大使。Sammi 早前更為活動拍攝了一輯全新的宣傳短片，呼籲大眾支持乳癌患者，並鼓勵女士們要定期檢查乳房。

Sammi 說：「作為『癌症基金會粉紅革命』粉紅大使，很高興能夠透過關注乳癌活動，呼籲全港女性定期自我檢查乳房。『及早發現，生機再現』，我希望有更多人一起宣揚訊息 - 『From Mi to We』由自己做起，再感染身邊人 - 記住要定期檢查！」

在新一輯的宣傳短片中，Sammi 和一群姊妹們，包括乳癌康復者千雪（上圖右二）齊心宣揚粉紅力量。



“

參與拍攝的千雪說：「很開心能夠出一分力，支持『癌症基金會粉紅革命』。很榮幸能夠有機會和粉紅大使 Sammi 合作，真是一次難忘的經歷。」

”

齊來支持乳癌患者

穿上粉紅 發揚愛心

十月

29

一起來穿上粉紅衣飾，參與並捐款支持 10 月 29 日（星期五）的「粉紅服飾日」，以歡樂的方式表達您對乳癌患者的關懷。您也可發揮創意，與同事或好友舉辦一個屬於您們的粉紅派對，為有需要人士籌募善款，令活動變得別具意義。

想了解更多「粉紅服飾日」，
請瀏覽：

www.dresspinkday.com/zh

購物行善 支持免費乳癌支援服務

感謝我們熱心的粉紅贊助商，每年會推出各式各樣的限量粉紅精品或服務，為本會的免費乳癌支援服務籌款。快來以行動支持，購物同時表達您對乳癌患者的關愛！請瀏覽隨今期《觸覺》附上的小冊子，查看本年度最新的粉紅慈善精品。

起動粉紅力量！

快來看看我們今年的粉紅慈善精品：
www.cancer-fund.org/pink/sponsors



以行動改寫生命

本會沒有接受政府及公益金的任何資助，您一分一毫的善款有助我們可以持續為更多有需要人士提供免費癌症支援。請為癌症患者送上希望之禮！



請即支持！

留下最美回憶 — 母女相處最後時光

吳女士的 19 歲長女被癌症帶走，她和我們分享與女兒相處最後的日子，從中可看到紓緩護理如何改善晚期癌症患者的生活。

我是一位單親媽媽，有 3 名孩子。19 歲的大女兒 Yvonne 在數年前確診患上晚期腦癌，治療導致她的右邊身體癱瘓，半身不遂，走路必須依靠拐杖或輪椅，而且影響她的說話和吞嚥能力。

Yvonne 的病情急劇惡化，當醫生和護士與我談到紓緩護理時，我的心一下子涼到了腳尖，整個人好像

掉進了冰窖裡。女兒還這麼年輕，我根本沒有心理準備會白頭人送黑頭人。

護士把我轉介到黃大仙的癌症基金會服務中心，並得到經驗豐富的專家為我講解。中心的 Hazel 姑娘及其他職員均很有耐性向我解釋甚麼是紓緩護理，細心解答我的所有疑問，告訴我如何可幫助女兒在



這階段活得更輕鬆，讓生命最後的日子變得更有意義。

我們在中心得到各方面的支援，Hazel 姑娘還教導我們如何好好準備面對死亡。在這裡，我們還可以用優惠價購買營養奶粉，並得到各方面的護理貼士，例如讓 Yvonne 改善睡眠質素等等，種種的實際支援對我們有很大幫助。

能夠有人為你預告前路有可能出現甚麼問題，而且扶你一把，讓你可以更有信心繼續走下去。

Yvonne 的整個青少年階段基本在醫院渡過，所以在最後的日子希望能留在家中。我也希望可以接大女兒回家好好善別，讓我能在這段時間專心照顧她的起居生活，但現實是我還有一個分別 5 歲及 1 歲的年幼子女需要全心照料。我們一家的生活捉襟見肘，依靠綜援過活，面對兩名年幼子女加上病重的大女，令我感到極大的經濟和心理壓力。

我把家中情況告訴黃大仙服務中心的 Hazel 姑娘，尋求支援和建議。她幫我申請了癌症基金會的緊急援助金，讓我在接 Yvonne 回家休養的這段時間，可以聘請家務助理照顧兩位年幼小孩，令我可以專心照顧患病女兒，得到更多時間母女共處。

“

幸好得到支援，才能實現女兒最後的心願。

”

如沒有得到援助金的資助，我便沒有能力滿足女兒這個最後的願望。在最後回家的日子，女兒仍需時常進出醫院，因此她亦份外珍惜留家時光，令我們兩母女可以留下不少珍貴的美好回憶。我衷心感謝癌症基金會的支援！

若您認識任何需要緊急經濟援助或臨終關懷的癌症患者，歡迎致電本會諮詢熱線：3656 0800。

最新癌症教育短片



快來收看本會最新製作的不同主題癌症教育影片，我們的專家會講解癌症治療健康資訊，並就治療所引致的症狀及副作用提供護理貼士，讓大家可以更好地應對癌症。

乳癌後對人生的覺悟

本港每年也有數以千計的女性受到乳癌所影響，以下我們的服務使用者 Kate 會分享她的癌症經歷及求助的重要性。



Kate 的自述

我在 38 歲時確診患上乳癌，當時才剛與拍拖 10 年的老公結婚不足一年。有一天在洗澡時，我在右邊的乳房發現了硬塊，深感不安的我自知不妙，老公知道後亦催促我儘快求醫。

還記得在診療室看報告時，醫生告訴我的活組織檢查顯示為早期乳癌，這時的我不禁淚流滿面。我自問沒有家族乳癌病史，亦沒有乳癌的高危因素，所以對確診完全沒有心理準備。這時的我感覺就像晴天霹靂，整個人陷入谷底，非常迷茫。

很快便進入治療階段，在接受放射治療前，我的親戚介紹我到訪位於中環的香港癌症基金會婦女服務中心，接受免費癌症支援服務及專業意見。

當我首次來到中心時，接待我的社工態度親切友

善，令我有回到家的感覺。她其後轉介我分別與中心的腫瘤科護士、營養師和臨床心理學家會面。這班可靠專業的關護團隊，陪我渡過治療最艱辛的日子。

治療的副作用令我整日感到疲倦和胃口欠佳，我的手臂也因為出現淋巴水腫而腫脹。幸好得到香港癌症基金會婦女服務中心的腫瘤科護士和營養師幫助，護士協助我更好地應對和預防放射治療可能會出現的副作用；而營養師則教導我如何挑選合適自己健康的飲食。

我在中心還參加了藝術治療工作坊，幫助我表達和釋放負面情緒，紓解內心痛苦及壓力。而身心靈健康的冥想課堂、專為乳癌患者而設計的粉紅瑜伽及伸展運動，同樣在抗癌路上給予我力量走下去。

我從病人自助組織的乳癌同路人中得到了力量，她們的建議和實際支持幫了我很多。乳癌的這段經歷，令我有機會思考人生，明白到甚麼人和事才是真正對自己最重要的。

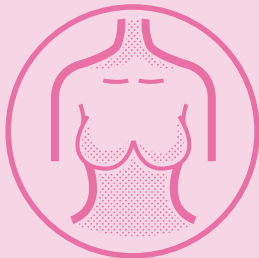


女士們記住要「Be Smart. Self-Check.」

乳癌只要能及早發現，便有較多治療方案選擇，同時提高治癒及存活率。女士們愛惜自己，記得要定期檢查乳房。更多自我檢查乳癌資訊：
www.cancer-fund.org/pink/look-feel-compare

自我檢查乳房三部曲

#1 - 觀察



仔細觀察乳房及乳頭，留意有否任何異常情況或變化。

#2 - 觸感



用中間三隻手指打圈觸摸，看看乳房有否硬塊或疼痛感覺，及皮膚有否變厚、出現皺紋、凹陷、泛紅、不尋常顏色改變。輕輕擠壓乳頭，觀察有否出現分泌物。

#3 - 比較



比較乳房的大小及外形，乳頭的組織變化，留意有否任何變異。

關顧受癌症影響的女性

香港癌症基金會婦女服務中心為全港首間婦女癌症關護中心，專門為乳癌及婦科癌患者提供免費支援服務。現時乳癌、子宮體癌、卵巢癌及子宮頸癌位列本港女性十大常見癌症，中心的專業關護團隊為她們提供針對性的支援，滿足婦女癌症患者的特有需要。我們同時為她們的伴侶、子女及其整個家庭提供適切照料，全面關護患者的需要。



地址：中環皇后大道中 99 號中環中心地下
電話：3667 3131



想知更多乳癌資訊，請瀏覽：www.cancer-fund.org/pink



前列腺癌康復者 舞走黑暗

71 歲的崔鉅勳先生曾患前列腺癌並已康復，他認為現時的自己過得比患病前更好。因為癌症，他學會了健康的重要性，在接受本會的關護支援及身心靈健康課程後，每天也會持之以恆鍛鍊身體。

崔先生每天早上也會練習氣功，他說：「患癌之前，我每天只有工作、工作再工作，但康復後我了解到應該把重心由工作轉到生活上。」

在 9 年前確診的崔先生，起初是因為前列腺增生而求醫，後來抽血進行 PSA（前列腺特異抗原）檢查發現指數偏高，醫生建議他進行活檢，最後確診患上前列腺癌。而其太太劉凌女士，在丈夫確診後感到擔憂和心痛。

手術後，崔先生得知本會向所有受癌症影響的人士提供免費支援服務，便到訪我們的黃大仙服務中心。除了參加營養與飲食、氣功及遠足等課程和活動，

他還加入了音樂治療小組，重拾昔日吹口琴的熱情。

能再次以音樂紓發內心感受，崔先生說：「音樂能幫助我紓緩情緒。」

崔先生非常感謝我們關護團隊對他的支持，讓他可以安穩走過抗癌路。他其後還加入了專為前列腺癌患者而設的「前路無阻」計劃，在這朋輩支援小組獲得了同路人的支援。



在得知「前路無阻」計劃舉辦了「舞出活力婚姻」研習班，崔先生便和太太一起參加，從中學會了恰恰（Cha-Cha）、牛仔（Jive）及其他舞蹈。

梁國良說：「我們需要向公眾展現出一個積極正面的形象，令男士們明白即使患上前列腺癌，仍可以別出一格，為社會作出貢獻。」

中心的跳舞研習班對崔先生在接受治療手術後的復原很有幫助，夫婦關係愈跳愈親密。太太的情緒亦有好轉，減少負能量，她說：「我也有自己的壓力，有時負面情緒會不自覺影響丈夫。我知道他參加跳舞班是因為我喜歡，希望透過舞蹈令我們一起走出黑暗。」

在研習班下堂前，中心社工梁國良會與參加的夫婦對談，談論二人在面對癌症時所出現的問題。梁國良建議崔先生與太太在「舞出活力婚姻」研習班中作出分享，而能夠以自身抗癌經歷幫助他人，二人亦感到很有滿足感。

本會為前列腺癌患者推出了「前路無阻」計劃，利用身心社靈模式協助在任何癌症階段的患者關注全人健康，並協助他們面對及處理治療後的後遺症、副作用及各種適應問題。想了解計劃詳情 歡迎致電 3656 0800 查詢，或透過二維碼（QR Code）瀏覽更多前列腺癌的健康資訊。



前列腺癌症狀

「及早發現，生機再現。」 50 歲起，特別是有近親曾患前列腺癌的高風險或有相關症狀的男士，應與醫生商討是否適合和需要定期進行前列腺檢查。



尿流細弱



小便次數頻繁



排尿開始時有困難



夜尿頻繁



經常突發性尿急



腰背、盆骨及大腿位置持續疼痛

齊心支持「十一鬍子月」！

很高興本會能夠再次成為全球性慈善活動「十一鬍子月」（Movember）的受惠機構，活動主力推動男士健康，所有慈善收益將用以資助本會的免費前列腺癌支援服務，以及本地相關的癌症研究工作。





應對「化療腦」小貼士

不少癌症存活者在接受或完成化療後，反應變得遲鈍、記憶力下降、難以集中精神……而這些思維或認知的問題，一般俗稱為「化療腦」。如患者症狀輕微，如只是出現健忘等情況，往往令人難以察覺。

「化療腦」為化療所引起的認知障礙，普遍會影響患者的記憶力、注意力和處理信息的能力。而「化療腦」的出現有不同成因，包括治療的副作用，如睡眠問題和營養不良等。

出現「化療腦」的癌症存活者 Roxanne 說：「這種感覺就像你身體不適服用感冒藥後的情況，整個人變得模模糊糊、健忘及頭暈昏眩。當出現這種狀況時，我會告訴身邊人，如看到我重覆告誡自己、相同問題再三詢問、『大頭蝦』無記性，便

要多多體諒及提點。」

家人或身邊人要多關注患者的狀況，在接受癌症治療後，是否有出現精神模糊或記性變差以致影響日常起居生活。

尋求支援十分重要，我們黃大仙服務中心的葉姑娘建議患者若出現「化療腦」的症狀，應儘快求醫，以防因認知問題而出現火警或跌倒等事故。

求助—「線」通

請致電我們的諮詢熱線，查詢有關癌症資訊或尋求情緒支援。
抗癌路上不孤單，我們透過熱線提供協助，或會轉介您至本會各專業前線人員。

請致電我們的免費諮詢熱線了解更多：

3656 0800

「化療腦」常見症狀：



難以保持思路清晰



運用字詞及記憶能力變差



難以學習新事物



難以完成工作或同一時間處理多項事情



難以集中精神或注意力

如出現「化療腦」的症狀，您應該：



請記下相關症狀再向您的腫瘤科醫生查詢，心理及藥物治療或有助您應對相關情況。



告訴腫瘤科醫生您正在服用的藥物、特別飲食習慣和營養補充劑。



把大小事情及日子一一記下，讓自己不用「心掛掛」，有助減輕壓力。



把備忘錄貼於大門，幫助您記起鑰匙、錢包、手機、記事本、日程表等。



好好利用日程表，有備忘事項時立即記於電腦、月曆或備忘錄內。



積極保持腦筋活躍和社交活動，並告訴身邊人自己的狀況。



健康飲食及常做運動。



充分休息、減壓及給自己喘息的空間。

以上內容摘錄及翻譯自 Roxanne Brown 所著的
《Chemo: Secrets to Thriving》。



關顧癌症患者身心靈健康

過去 10 年，我們的身心靈健康服務致力協助患者和其家人覺察身心的連結，提升生命質素。

我們相信要跨越癌關，單靠藥物並不足夠。本會從 1987 年成立至今，在提供癌症心理社交支援這領域上一直走在最前線，關護受癌症影響人士的全面需要。

我們在 2011 年開始推出身心靈健康服務，並在 35 個場地，包括政府的公共體育館及 Pure 集團贊助提供的課室舉辦不同的課程。這些專門為癌症患者而設的活動反應非常熱烈，直至現時每年會舉行約 450 個課程，本會衷心感謝歷年來合共超過 400 多位熱心服務的導師及助教，讓我們能為有需要人士提供療愈瑜伽、太極、氣功、呼吸和瑜伽大休息、繪畫療愈、普拉提斯伸展運動及聲音療愈等不同種類的課堂。

我們的身心靈健康課程幫助受癌症影響人士紓緩壓力，培養正面生活態度及內在的平靜喜悅。癌症基金會創辦人及總幹事羅莎莉說：「今時今日，不少年

青人確診患上癌症。他們一般會積極療愈身心及主動管理治療的副作用，讓自己能夠活得更好。」

服務使用者 Winnie 在本會參加了多個身心靈健康課程，並對她產生了深遠的影響。作為罕見癌症的存活者，她對自己的未來感到焦慮。而在進行身體掃描和靜坐練習時，她感覺到身體由頭至腳的每一個部位逐一放鬆，整個人能夠慢慢平靜下來，生活質素亦有所提升。



“ 在進行身體掃描練習時，我的思緒漸漸變得平靜和專注，雜念也跟隨減少，睡得也比之前好。 ”

Winnie 還參加了「以書聚友」讀書會及頌唱的課堂，在參加了身心靈健康活動後，她感到內心平和了不少，身心狀態逐漸平衡。



癌症基金會身心靈健康服務總監薛曉光表示，身體與心靈上的痛苦往往有緊密的聯繫，她說：「我們的身心靈課程提供不同的方法協助參加者釋放壓力和恐懼，以及提升專注力和改善睡眠。」過去 10 年以來，我們的課堂活動不斷擴展，以回應癌症患者及其照顧者的需要。身心靈健康部門還製作了合共 100 條教學影片及語音課程，讓有需要人士及海外華人在家也可透過 YouTube 頻道，參與我們的身心靈網上課程。

身心靈健康服務 10 年工作成果



課程數目
2,844



課程節數
14,321



參與人次
330,136



YouTube
頻道點擊觀看次數
5,525,099





感謝各方支持

就讓我們一起改寫生命！

McLaren HK 支持「癌症基金會粉紅革命」

超跑品牌 McLaren HK 在今年 4 月於美利酒店舉行慈善活動，為本會的免費乳癌支援服務籌募善款。當日除了限量版 T 恤以供義賣，還設有慈善暗標競投。會場同時展出首次於香港亮相的粉紅色 McLaren GT，粉紅造型與活動主題完美配合，引起全場注目。我們還要謝謝 Jonathan Macey 先生，慷慨購下粉紅迷你 McLaren Senna 的電動自行車支持善舉。衷心感謝 McLaren HK 的鼎力支持，活動籌得的所有善款，均用於支援乳癌患者及其家庭。



本會創辦人及總幹事羅莎莉女士及 McLaren HK 的 Max Suters Sardo 先生



鄭紹康先生與何超瓊女士

「天下第一關」的善心捐助

天下第一關文化行政總裁鄭紹康先生 (Francis)，在今年的生日舉行了別具意義的派對，鼓勵身邊朋友捐助癌症基金會代替賀禮，合共為本會的專業癌症支援服務籌得港幣 84,000 元。我們衷心感謝 Francis 的熱心，謝謝您為有需要人士送上希望之禮。

若您也希望舉辦活動支持受癌症影響的人士，請瀏覽本會的自製籌款網頁。我們希望有心人能加入「癌症基金會之友」月捐計劃，讓更多有需要人士得到免費癌症支援服務，查詢電話：3667 6332。



感謝著名國際珠寶設計師羅啟妍女士

即將退出珠寶界的亞洲珠寶設計師羅啟妍女士 (Kai-Yin Lo)，於 7 月 15 至 17 日在香港文華酒店金星珠寶舉辦了一場告別展銷會，這裡也是她當年邁向國際的起步點，而展銷會部分收益將捐予支持本會的免費癌症支援服務。

贏得國際聲譽的亞洲珠寶設計師羅啟妍女士，作為東西文化歷史學者，她首批古董珠寶系列融合古今中西文化，成功以當代感悟演繹文化傳統，「將歷史變得能夠佩戴」。步向新里程，羅啟妍女士未來將會專注學術寫作。雖然展銷期已過，但對羅女士珠寶系列有興趣的朋友，可預約到金星珠寶進行選購。再次感謝羅啟妍女士對本會的支持！



Ralph Lauren Pink Pony 活動



由美國服裝品牌 Ralph Lauren 發起的 Pink Pony 活動，起初主力關注乳癌，直至現時擴展至支持癌症篩查、早期診斷、公眾教育、治療、研究及支援癌症患者的需要。活動的使命為幫助醫療服務不足的地方，在社區提供癌症護理，確保癌症能被及早確診，增加患者的治癒機會。衷心感謝 Ralph Lauren 的支持！自 2005 年，Ralph Lauren 為癌症基金會的免費癌症支援服務籌得逾港幣 200 萬元善款。

威露士愛心捐贈

感謝各方好友的支持，讓我們的專業癌症支援服務可以幫助受癌症影響的人士。著名消毒品牌威露士善心滿載，慷慨捐贈殺菌和消毒用品，如自動泡沫洗手液機、消毒液及消毒濕紙巾給予本會，以供我們已逐步重新開放的各服務中心使用。謝謝威露士的捐贈，我們會盡力保持最高的衛生標準，確保服務中心的來訪者能享受安全、清潔及舒適的環境。



身心靈健康服務導師

謝謝我們的身心靈健康服務導師郭少龍先生及張志强先生，在本會服務中心所舉辦的「智營烹飪工作坊」擔任導師超過 5 年。除了提供多款食譜，二人還在工作坊中親身示範，教導學員烹調各款美味健康料理，感謝張志强先生近日捐贈給葵涌服務中心的攪拌機。

鳴謝

感謝以下所有捐款者、義工、癌症基金會之友及各界朋友的慷慨支持，讓我們能持續為患者及其家人提供免費癌症支援服務，確保抗癌路上不孤單。(排名不分先後)

癌症基金會之友 定期捐款者

大額捐款

何志昌先生
鄭慶堯先生
余兆麒醫療基金
陳廷驊基金會
黃廷方慈善基金
Miss Chan Shok-Han, Paddy
Miss Chan Yuk-King, Michelle
Mr. Fu Hau-Chak, Adrian
Mr. Peter Ha
Mr. Leung Hoi-Ming
Miss Wu Oi-Chee
Ms. Yue Mui-Fun
Chun Wing Building Materials Company Ltd.
Commanderie de Bordeaux (HK) Foundation Ltd.
CW Financing Limited
Green Family Foundation
Hay Nien Foundation Limited
John Pearce Foundation
Lim Peng Suan Charitable Fund
Provost Estates Ltd.
Ronald and Rita McAulay Foundation
Roots Environmental (HK) Ltd.
Rusy & Purviz Shroff Charitable Foundation
The Wang Family Foundation
WHCC LTD

紀念故人及遺產捐款

方紫雲女士
張淑珍小姐
Mr. Wong Ping-Hung

粉紅革命

鄭秀文女士
鄭紹康先生
曾詠恆醫生
McLaren Hong Kong
Number One PR Communication Limited

其他籌款活動

羅啟妍女士
鄭紹康先生
Mr. Blake Ireland
AstraZeneca Hong Kong Limited
Bloomberg L.P.
PizzaExpress (HK) Ltd.
Stretch Guru Limited

關注婦科癌教育活動

朱敏儀醫生

關注大腸癌教育活動

吳國霖先生
袁兆燦醫生
陳曼華女士

關注前列腺癌教育活動

何立言醫生
吳宏建先生
陳華先生

癌症基金會服務中心

丁瀨仁先生
方真唯女士
王振洪先生
朱佩珊女士
朱國棟中醫師
朱碧珊小姐
朱影翠小姐
何立言醫生
姜貝玲女士
余麗美女士
吳昊醫生
吳金妹女士
吳茂添中醫師
吳凱琪中醫師
吳穎英醫生
吳鴻裕教授

李少康醫生
李永泉先生
李妙玲女士
李秀蘭女士
李昇敏先生
李偉恆中醫師
李淑芬女士
李贊游博士
李雯琪小姐
李嘉雯小姐
李慧中醫生
李燕蘋醫生
李寶華女士
李耀文小姐
李灝思醫生
李麗萍醫生
杜海柱先生
阮慈娟女士
周李舒雅醫生
周燕珊小姐
林冰醫生
林志明醫生
林秀群女士
林國雄先生
林智浩先生
林愛珍女士
林嘉安醫生
林讚育先生
姚志鵬醫生
施永健醫生
施俊健醫生
徐美銀女士
徐溫婉瑩女士
秦麗君女士
袁彩鳳女士
袁閏鳳女士
袁麗芳女士
袁寶鳳女士
馬國權醫生
高嘉意醫生
區永河先生
崔鉅勳伉儷
張正龍先生
張志明先生
張奇麗小姐
張家柱先生
張國威醫生
張源津醫生
張鼎堅醫生
梁子翹女士
梁玉玲女士
梁舜欣女士
梁詠欣女士
梁滿金女士
梁潔文女士
梁澄宇醫生
梁惠孫醫生
梁寶珊女士
莫國輝先生
莫錦泉先生
郭思伶中醫師
陳林醫生
陳英暉中醫師
陳家聰先生
陳啟賢中醫師
陳國寶先生
陳添偉醫生
陳碧儀女士
陳慧敏女士
陳麗玲姑娘
麥婉霞女士
曾軍瑜律師
曾淑鈞醫生
曾詠恆醫生
曾慶廉醫生
曾潔瑩女士
湯國雄先生
湯麗寬女士
黃玉麗女士
雲崇先生
馮文麗女士

馮錫芳女士
黃志雄先生
黃志榮先生
黃俊恆先生
黃信先生
黃美華女士
黃國田醫生
黃淑敏小姐
黃雪美女士
黃雅麗小姐
溫勇杰先生
萬帥章中醫師
葉維邦先生
葉燕玲女士
葉燕華女士
葉燕燕女士
鄧民琪小姐
廖桂芬女士
廖崇瑜醫生
劉美真女士
劉浩基先生
劉嘉興中醫師
劉燕玲女士
劉穎琳女士
歐國賢博士
潘明駿醫生
潘淑芬女士
潘雪芬女士
蔡兆欣女士
蔡潔儀女士
鄧永琴女士
鄭瑞泰律師
喬美娟女士
黎美心女士
黎凱玲女士
蕭明如女士
錢素娟女士
謝健文先生
謝嘉瑜醫生
鍾金愛女士
羅燕娜小姐
羅麗柔醫生
關麗貞女士
蘇子謙醫生
蘇名輝先生
蘇潤玲女士
釋衍隱法師
中國香港體適能總會
仁濟醫院 - 香港浸會大學中醫診所暨教研中心 (葵青區)
平等機會委員會
瓦里安醫療系統公司
同心行攝影之友
投資者及理財教育委員會
東華三院中醫醫療服務
東華三院圓滿人生服務
虎豹樂園
青山醫院精神健康學院
香港中文大學醫學院中西醫結合醫務中心
香港中文大學醫學院生物醫學學院
香港防癆心臟及胸病協會
香港防癌天使服務協會
香港防癌會賽馬會癌症康復中心
香港柔力球總會
香港家庭計劃指導會
香港浸會大學中醫藥學院
香港健康協會
香港國際道教文化協會
香港新葡萄使工
基督教聯合那打素社康服務
雀巢健康科學
博愛醫院 - 香港中文大學中醫診所暨教研中心 (元朗區)
博愛醫院香港中文大學中醫臨床教研中心
慈山學院
新香港髮型協會
聖雅各福群會惠澤社區藥房
暨琴之友
暨琴夢天使義工團
Miss Olivia Au
Miss Queenie Au
Ms. Anny Choy
Ms. Queenie Henna

Ms. Mary Kay

癌協之友

互勉會 (香港) 有限公司
屯門醫院紫荊社
向日葵互協會
妍康會
妍進會
東日社有限公司
東華醫院傳情舍乳癌互助小組
前腺會
香港胃腸道基質癌協會
香港骨髓移植復康會有限公司
香港造口人協會有限公司
香港創域會有限公司
香港新聲會有限公司
展晴社 (香港) 有限公司
健樂社
祥康之友
造口之友
筆墨閒情書畫學會
慶生會
蕙蘭社

其他

伍妙奇小姐
梁清薇小姐
蘇靖棋小姐
詹楚生教授
陳少康醫生
陳林醫生
明周文化
威萊 (香港) 有限公司
Mr. Jacky Chan
Mr. & Mrs. Chui Kui-fan
Ms. Lee On-nei, Annie
Ms. Kannes Wong
Bach Rescue
DKSH Hong Kong Limited
Life Solutions

2022.01.09
星期日

**stride
for a Cure**
抗癌大步走
every step counts 一步一希望
2021

時間：9am-2pm

場地：大潭郊野公園

請即報名參加第26屆「抗癌大步走」慈善步行籌款活動，
支持本地癌症研究及癌症支援服務。

- 5公里或10公里路線
- 與家人好友共享健康及有意義的活動
- 免費獲贈午餐、T恤及中環碼頭巴士接送
- 場內設有精彩表演及攤位遊戲



請即報名支持!

3667 6333

www.cancer-fund.org/sfc

追蹤及讚好專頁



減少用紙 愛護地球！

選擇接收電子會訊！

如欲接收電子會訊，請把您的姓名、電郵地址及電話號碼電郵至 public@hkcf.org，加入我們的電郵通訊錄。

更新個人聯絡資料

若您最近曾搬遷或更改聯絡資料，請把您的姓名、捐款者編號及聯絡資料電郵至 hkcf@hkcf.org，與我們保持緊密聯繫。請放心，您的個人資料將保密處理。

