



# 姚沈宛

當社工一直是沈校友的夢想，背後故事源於她的成長經歷。中學時代，她每天上學途經銅鑼灣保良局，看到很多孤兒需要別人關懷，心裏感到很難受。念中二時，她大病了一場，留院3個月，感到很無助，期間慶幸得到醫護人員的悉心照顧和駐院社工的關懷，心存感激之餘，亦想效法他們為病人做點事，於是立志成為社工。為實現夢想，沈校友中學畢業後入讀聯合書院社工系。



▲沈校友（右）非常關注癌症患者及其照顧者的需要。

## 緬懷舊事 難忘中大往日情

沈校友入讀中大時，聯合書院的校址在港島般咸道，尚未遷入今日沙田的現址。沈校友憶述：「雖然那時

中大在今年特別推出「傑出校友訪問計劃」，第一位應邀回校分享的校友是在澳洲從事社會工作接近40年的姚沈宛（73聯合社工）。沈校友在澳洲墨爾本創辦「維省新生會」，本着為人服務的精神，不辭勞苦，將一個小規模的互助組織，發展成專門為當地罹患癌症的華人及其照顧者提供支援服務的非牟利機構。沈校友的熱誠與無私付出，正好體現中大的人文精神。

# 關懷弱老無私付出 體現中大人文精神

校舍環境狹小，但同學和師生之間相處融洽，感情要好。」平日努力讀書之餘，沈校友亦積極參與義工服務，除了加入聯合書院義工隊，還利用課餘時間到附近的堅道明愛中心當義工。直到大學三年級，聯合書院正式遷入沙田，首次踏足沙田中大校園的印象，沈校友今日仍然記憶猶新。「中大給我的第一感覺是大，很大，校園環境優美、學習氣氛濃厚，是讀書的好地方。」她亦第一次體驗宿舍生活，「那時我住在湯宿（湯若望宿舍），宿舍的活動多姿多彩，夜話、糖水會，有時宿生們更會一同唱歌，非常熱鬧」。

談到難忘的人和事，沈校友最難忘一位同窗好友，「他熱愛劇本創作，特別為我撰寫一個話劇故事，還要我擔任女主角，參加學聯話劇比賽」。毫無演戲經驗的沈校友竟然憑着這套話劇，一鳴驚人，奪得學聯話劇比賽最佳女演員殊榮。沈校友亦因

此愛上話劇，覺得話劇可以幫助人抒發情緒，日後當上社工，特別將話劇元素引入輔導服務之中，協助受助者處理情緒問題。

## 移民澳洲 關注華人社區福祉

中大畢業後，沈校友決定一展抱負，在醫院擔任醫務社工，協助有需要的病人解決醫療以外的問題和需要，如財政負擔、住屋和照顧家人等。沈校友結婚後毅然放棄香港的工作，移民澳洲墨爾本，原本打算在當地重



▲沈校友（左二）多年來積極服務維省華人社區，所付出的努力和作出的貢獻為她贏得Cancer Council Victoria President's Award。

操故業，可惜因為專業資格不獲承認，未能取得執業牌照。再者，因為要照顧小朋友，她唯有暫時放下社工夢想。直至 1981 年，墨爾本所屬的維多利亞州（當地華人稱作維省）成立第一間專為華人而設的老人中心——「維省華族福利會」，需要物色通曉中英雙語的華人社工，沈校友成為最合適的招攬對象。沈校友亦因為這個機會重投社福界，她一面工作，一面進修，結果成功取得當地社工執業資格，重新上路。



▲沈校友（中）在中大讀書時培養了對話劇的興趣，間中會粉墨登場，參演新生會舉辦的話劇活動。

在「維省華族福利會」工作 8 年，沈校友深切體會到當地華人長者的困難與需要。她說：「當地華人社區很多長者都是跟隨家人移民到澳洲，因為語言不通，加上文化差異，在適應當地生活方面遇到難題，部分長者甚至遭家人遺棄，而政府支援力度不足，需要協助。」沈校友同時發現當地不少華人罹患癌症，卻因為言語不通，求醫無門，加上身處异地，感到孤單無助。本着一分同理心，沈校友於 1996 年應維省癌症協會的邀請，籌組成立支援患癌華人的志願組織——「維省新生會」。

新生會成立之初，經費和人手不足，只有沈校友一位社工跟兩位護士擔任義務工作，經營相當困難。最初

只能以小組形式為癌症患者及其照顧者提供支援，如陪診和心理輔導。沈校友一方面幫助受助者，另一方面四出籌措經費和招兵買馬，並招攬義工加盟，無償地投入心力和時間。在沈校友帶領和推動下，新生會規模不斷擴充，服務範圍愈來愈多元，例如推出專門針對末期癌症病人的支援服務，陪伴病患者走完人生最後一程。有感於當地華人社區對癌症存有誤會，沈校友積極推廣外展工作，教育公眾正視和關注癌症。

## 不問付出 以所學貢獻社會

沈校友由零開始服務新生會，會目睹病人康復後笑着離開中心的情景，亦經歷過生離死別的悲傷。沈校友多年來熱心服務癌症病人及其家人所付出的努力，為她贏得不少榮譽和表揚，包括獲頒墨爾本市市長社區服務貢獻獎（Lord Mayor's Award, City of Melbourne）和澳洲政府頒發 OAM 勳銜

（Order of Australia）等。問及哪個獎項對她意義最大，沈校友直言：「能夠以所學服務社會，幫助有需要人士，體現中大的人文關懷精神才是最有意義的。」

沈校友在澳洲生活多年，仍然心繫中大，不但關注母校發展，還積極參與校友會事務。她在 2012 年協助成立中大維省校友會，參與籌組不同活動，連結當地校友，促進彼此聯繫。5 年前，中大創校 50 周年，她更連同維省校友回港參與母校慶祝活動。闊別 5 年，今次以傑出校友的身份重返中大，感到莫大榮耀和興奮。她期望通過一系列交流和分享活動，以自身經歷勉勵在校學生多關心社會上有需要人士，日後以所學貢獻社會，承傳中大人文關懷的精神。 中

## 姚沈宛小檔案

1973 年	香港中文大學社會科學學士
1973 至 1975 年	於伊利莎伯醫院任職醫務社工
1981 至 1987 年	於澳洲維省華族福利會擔任社工
1996 年至現今	澳洲維省新生會創會主席及義務社工



▲沈校友（前排右三）不遺餘力參與中大維省校友會事務。

# 傑出校友姚沈宛訪問母校

中大「傑出校友訪問計劃」邀得澳洲墨爾本「維省新生會」創辦人兼資深社工姚沈宛校友擔任首位講者，她於11月7至10日期間重返母校出席8項活動，與中大學生、校友，以及教職員互動交流，分享她多年來如何跨越限制、積極人生的睿智及真知灼見。

## ① 開幕禮暨專題演講「跨越限制、無悔人生」



11月7日（星期三）  
7:00pm–8:30pm

►首場專題演講已吸引不少學生、教職員和校友參加，座無虛席。



►段崇智校長（左四）代表中大歡迎沈校友（左三），答謝她擔任「傑出校友訪問計劃」首位嘉賓。

## ③ 教職員午間講座：「照顧患病長者及家人的經驗談」

11月8日（星期四）  
1:00pm–2:00pm



►沈校友講述照顧患病長者及家人的經驗。

►活動吸引不同部門的教職員參加。

## ⑤ 湯宿夜話：「生命是有彈性的」

11月8日（星期四）8:00pm–9:30pm

►沈校友（右）重返昔日曾經入住的聯合書院湯若望宿舍，回味從前參與糖水會的滋味，並與學弟學妹話當年。



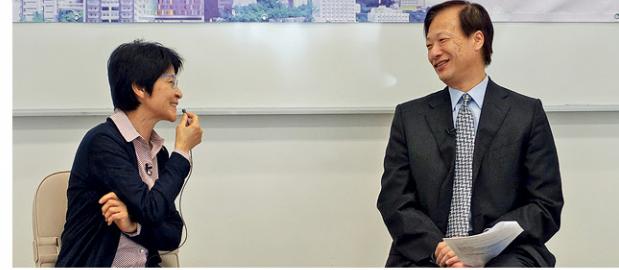
►湯宿夜話贈送堂衣給師姐沈校友（左五）留念，沈校友當年的同房（右六）亦特意回母校出席夜話。



## ⑦ 生命教育交流 II：「正向思維實戰錦囊」

11月9日（星期五）  
2:00pm–3:30pm

▼學生細心聆聽沈校友（左一）的分享。



►沈校友（左）傳授怎樣保持正向心情，並以積極態度克服各種困難。



# 馬不停蹄出席多項活動



傑出校友訪問計劃

## ② 深度對話：與傑出校友飲茶



◀活動結束大家不忘合照留念。

11月8日（星期四）  
9:30am-11:00am

◀沈校友（右一）跟國際學生會面，分享身處外地如何適應當地文化的體會及經驗。

## ④ 生命教育交流 I：「失落及哀傷輔導之實踐談」



▲學生把握向大師姐請教處理輔導個案的心得。



11月8日（星期四）  
3:00pm-5:00pm

◀沈校友（前排中）與社工系的學弟妹會面。

## ⑥ 博群社區研究計劃——探訪公共屋邨隱蔽長者

11月9日（星期五）  
10:00am-11:30am

▶上門探訪前，先了解邨內情況和長者的需要。



◀沈校友（左一）與中大學生走出校園，探訪於粉嶺公共屋邨居住的獨居長者。

## ⑧ 專題演講「透視生死與正向真諦」暨閉幕禮

11月10日（星期六）  
11:00am-12:30pm



▲沈校友（左）以親身經驗，分享如何衝破中國人傳統對死亡的忌諱，正面看待生離死別。

◀段崇智校長（右）代表校方獻花，答謝沈校友多日馬不停蹄出席各項活動。

## 傑出校友訪問計劃簡介

此計劃是中大 2018 年推出的全新計劃，每年邀請一至兩位來自本地或海外的傑出校友回到校園，為期 3 至 5 天，與學生、校友（特別是年輕校友）及教職員分享他們的行內睿智及真知灼見。計劃期望透過一系列與該校友行業或專業相關的活動，如大師班、講座、分享、聯誼聚會及外展活動等，讓傑出校友協助母校延續大學的使命及願景，增強校園的學術風氣，豐富學生的學習體驗外，亦可提供一個平台，讓學生、教職員及校友社群更緊密、更團結。

