



賽馬會眾心行善小義施
JC VOLUNTEER
TOGETHER — DO GOOD

賽馬會眾心行善小義施

成效報告 2023—2024



關於小義施

一同參與「小義施」，隨時、隨地、隨心做義工，共建好城市。

城市之所以美好，不只靠少數人做偉大的事，而是由許多人一起持續做一點點好事。「小義施」(微義工行動)就是要凝聚每個微小的善行，用滴水穿石的力量，令這城市變得更美更好。

除了線上活動以外，小義施平台也推出了不少的實體義工活動讓市民參加，期望能夠**推動全城做義工**並提供學習新技能、發展個人興趣和與他人建立聯繫的機會。

**嶄新體驗，
解鎖義工可能性**

**賺分換獎，
用善行兌換驚喜**

**賺分換獎，
用善行兌換驚喜**

**凝聚力量，
共建豐盛好城市**

關於小義施

關於「賽馬會眾心行善」計劃

香港賽馬會慈善信託基金策劃及捐助「賽馬會眾心行善」計劃，致力全方位推動香港全城參與義工服務。賽馬會與12間合作夥伴攜手，推行為期五年的計劃，透過一系列以科技及創新為本的參與模式，為學生、50+及退休人士，與社會大眾設計義工服務項目，共創全城行善文化。
網站：<https://jcvolunteertogether.hk>

關於賽馬會眾心行善小義施

義遊於2022年獲香港賽馬會慈善信託基金捐助，推出「賽馬會眾心行善小義施」計劃。本計劃通過線上平台推出各種輕鬆、有趣的義工機會，讓大眾、新手義工即使足不出戶，亦能隨時、隨地、隨心完成義工服務，時刻發揮影響力。一起行善，小義施。集齊「好物」，同建好城市！
網站：<https://www.jcvtdo-good.hk/>

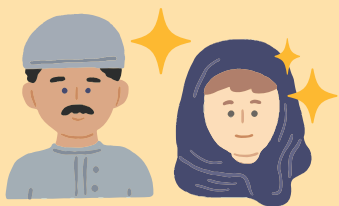
關於義遊

義遊成立於2009年，註冊為慈善機構，旨在鼓勵每一個人積極參與全球與地方行動。透過策劃多元化的本地及海外義工項目，我們擴闊參加者的全球在地視野，啟發他們化想法為行動。義遊希望把義工變成大家的志業，讓參加者從義遊活動中建立友誼、多元的團隊和社區，集思廣益，一起創造，共同擁有，並好好樂在其中。

小義施的成效

多元共融

文化冷知識



增進了**2,616**次
少數族裔和社會大眾
之間的聯繫

無塑好市民



養成**22**次自備外賣容器
及餐具的習慣

區區回收大使



節省足夠看
2,904小時電視的電力

*回收一個鋁罐省下的電力足夠看三小時的電視

環境與保育

郊野守衛隊



清潔了**62**條行山徑

一人有一個水樽



減少約**13,080**克的
生產膠樽導致的碳排放

*每減少飲用1支約500ml膠樽飲品
可減少約60克碳排放

素食達人



拯救了**669**隻動物

*每餐素食可拯救0.44隻動物生命

小義施的成效

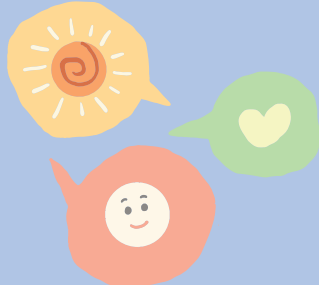
兒童及青少年發展

英語微導師



為香港學生提供了
582個有趣且切合需要的英文教材

正能量小編



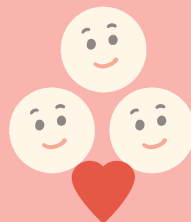
為青少年帶來
1,011個正向思維

職興導師



為本地及少數族裔青少年
提供了**275**次
職業導向和輔助

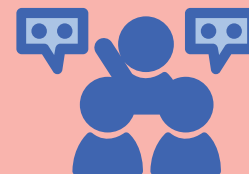
骨髓捐贈



延續了**3**個人的生命

健康社區

街坊守護神



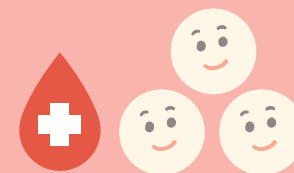
建立街坊之間的
對話共**497**次

手寫心意卡



向**97**多位人士
表達關心和慰問

熱血最強



成功拯救了**243**個人的
生命之間的聯繫

Jun 2023 to Apr 2024

26% 53-63歲

18% 43-52歲

9220人
小義施用戶總數

17% 12-22歲

18% 23-32歲

20% 33-42歲

17.3%

熱血最強 99 個

郊野守衛隊 62 個

街坊守護神 497 個

英語微導師 682 個

職興導師 802 個

廣發英雄帖 7 個

一人有一個水樽 219 個

慳神 21 個

手寫心意卡 97 個

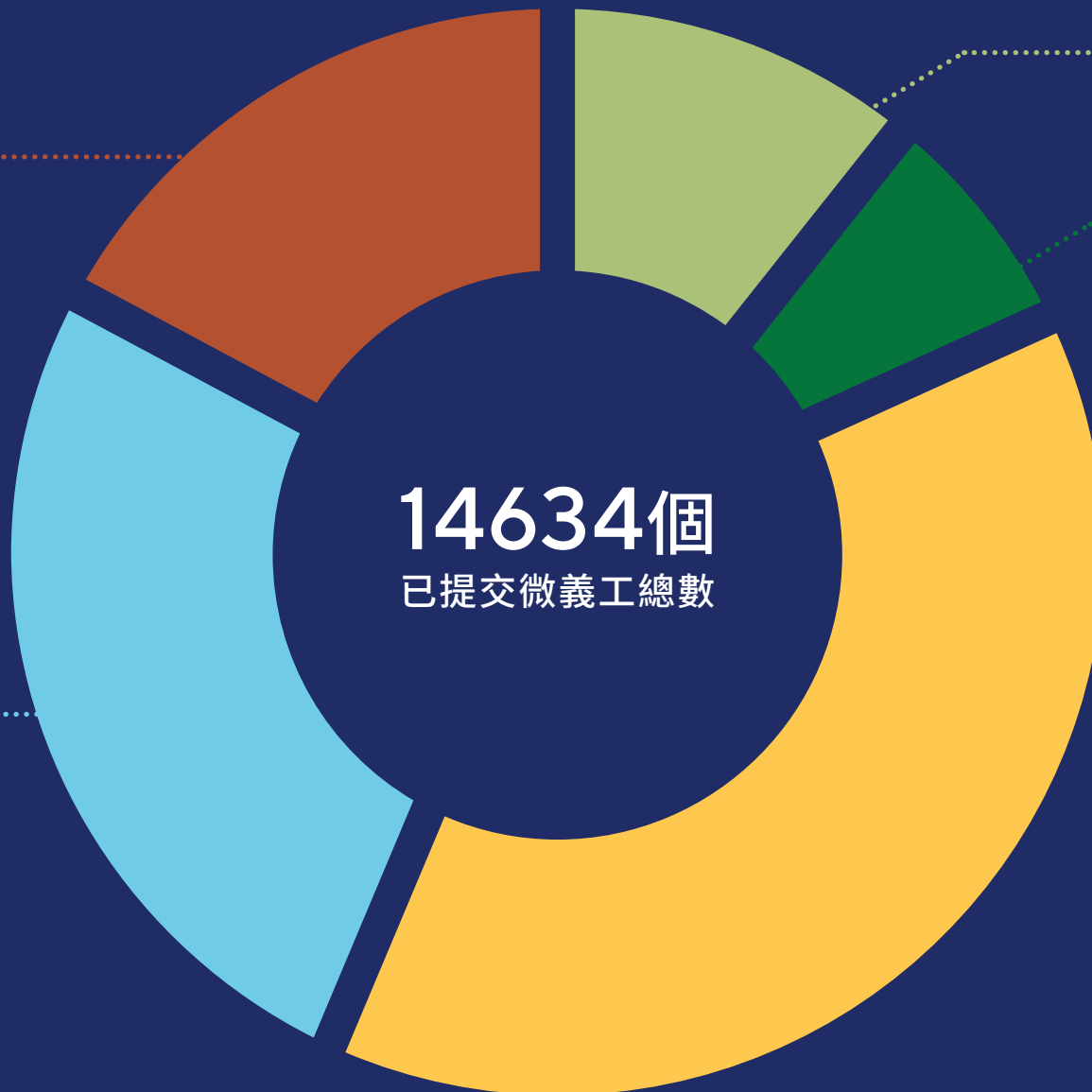
文化猜呈尋 14 個

無塑好市民 26 個

骨髓捐贈 3 個

25.8%

正能量小編 3658 個



10.9%

素食達人 1599 個

7%

區區回收大使 1116 個

39%

文化冷知識 5732 個

26.4%

熱血最強 162 小時
郊野守衛隊 93 小時
街坊守護神 248.5 小時
英語微導師 291 小時
職興導師 137.5 小時
廣發英雄帖 1 小時

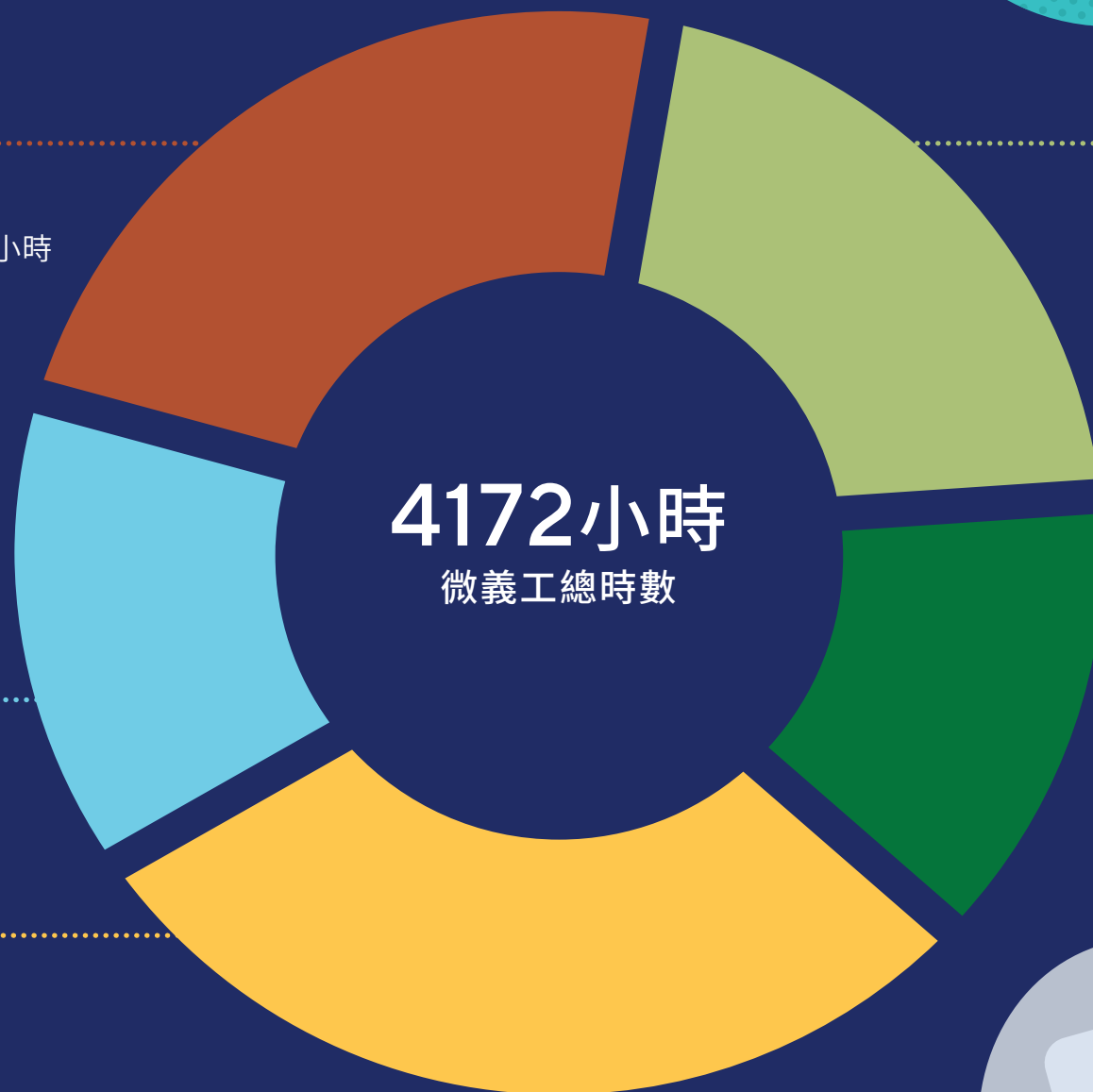
一人有一個水樽 109 小時
慳神 9 小時
手寫心意卡 48.5 小時
文化猜呈尋 2 小時
無塑好市民 11 小時
骨髓捐贈 1.5 小時

12.3%

正能量小編 505.5 小時

31.5%

文化冷知識 1308 小時



18.2%

素食達人 760.5 小時

11.6%

區區回收大使 484 小時

精選微義工

用戶 Innovative Bed Broccoli

最近服務很多長者，從遊戲協助到診所輔佐，察覺很多長者缺乏自信，認為自己很多事都做不好，怕給人添麻煩。

另一邊，服務性行業很多時候缺乏對長者的耐性和理解，或者過分「輔助」令長者自覺無能，加深打擊自信心。

事實上，許多長者的能力很多時候比年輕人還高，年輕人卻往往認為相反。為社會共融，必須學懂年齡層之間仍是三人行必有我師，互相學習，因此在眾多方案之中我提議一個老幼同樂的社區定向或煮食活動。

望能讓有經驗的長者帶領沒有地圖或食譜能依賴的年輕人，互相協助，聊天瞭解更多對方的觀點。

用戶 Humility Epsilon Jellyfish

我地成日聽焗桑拿，睇韓劇時又見到「阿豬媽」好舒服咁係桑拿房傾計食雞蛋，似乎焗桑拿係亞洲人專屬活動？

原來桑拿係源於芬蘭，桑拿是芬蘭人主要的社交場域，不論是談家事、國事、或天下事，皆可在桑拿浴中搞定；上至總統或政府高層「裸身談笑間，檣櫓灰飛煙滅」，將桑拿運用於外交；下至每一個人都能享受與家人親友在桑拿房的共處時光，增進彼此感情。

桑拿與芬蘭人的生活與文化息息相關，不僅能放鬆休閒，也是工作場所；不僅能洗滌身體，更能淨化心靈。

焗桑拿來源於邊個國家？



微義工參加者感想

有助鼓勵大家多了
解世界各地的文化，
很有教育意義和
趣味性，拓展視野。

幾好幾得意，每日做一
啲就好似每日做咗啲
善事，覺得善有善報。



微義工及實體義工活動的聯繫

微義工可以作為實體義工服務的切入點，使個人可以從與自己的技能和興趣相符的小任務開始，逐漸涉足義工服務。

隨著經驗的累積和對義工服務的更深入承諾，他們可以過渡到參與需要更多時間和精力投入的實體義工服務。



實體義工活動介紹

賽馬會眾心行善小義施平台推出了不少線下的個人義工活動機會，令市民可以投放時間、技能和熱情去幫助社區裡有需要的人仕。

小義施為市民提供了一系列多元的義工服務，希望市民能夠參與在其中，例如長者探訪、賣旗等。這些都讓參加者都可以更直接地與受惠者接觸並可立刻透過他們的行動貢獻社會。

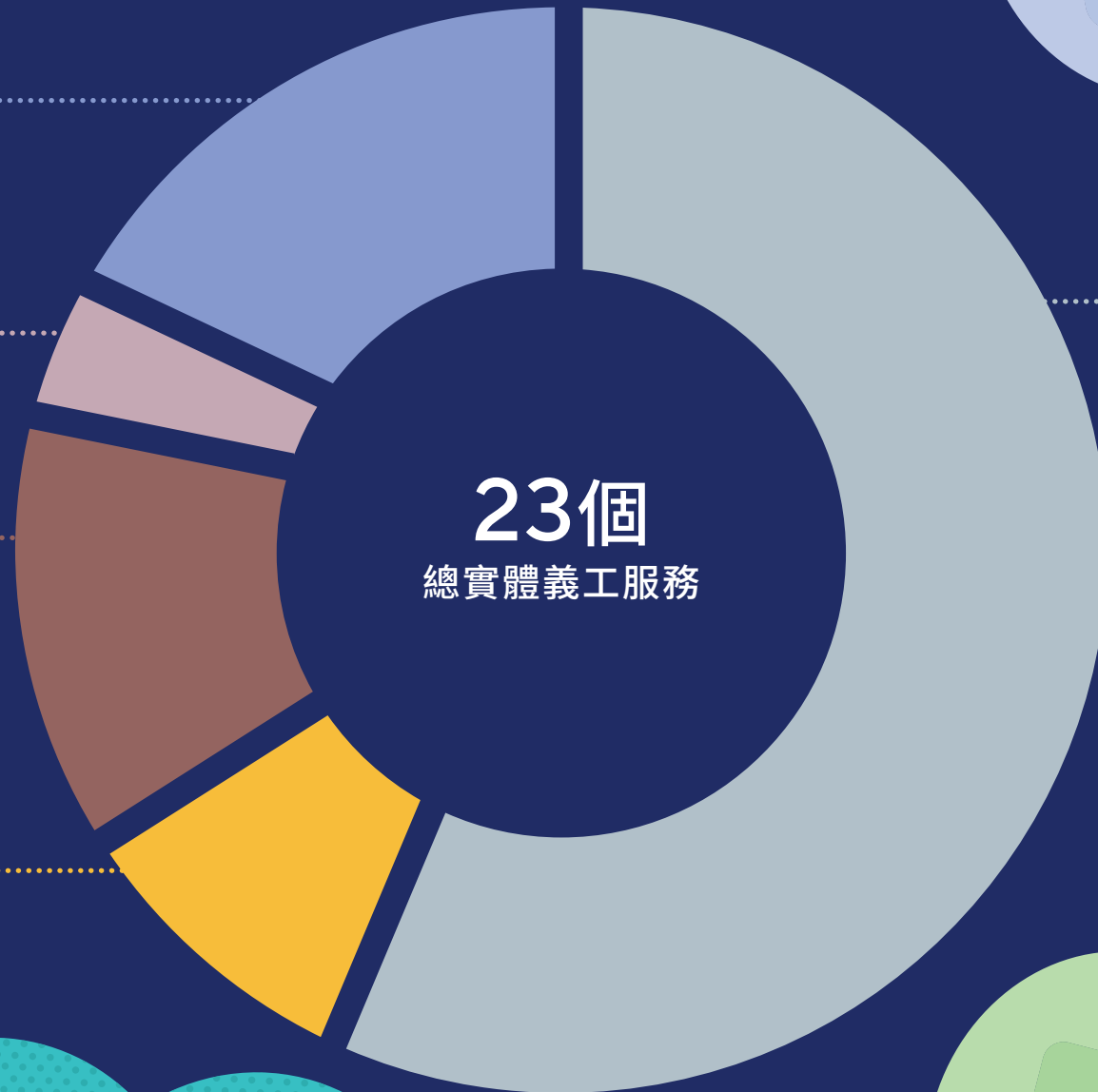


17% 健康社區 4 個
香港街馬 **2023** 慈善跑義工 &
Bread Run 義工活動

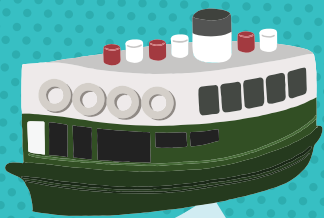
4% 兒童及青少年發展 1 個
大埔職業博覽招募 &
香港學生輔助會賣旗日義工

13% 環境及保育 3 個
Egg-cellent Hunter 活動義工
招募 & 【識得回收 識得慳@
油塘邨】環保活動義工招募

9% 多元共融 2 個
輪椅無障礙體驗義工活動 &
傷健共融運動會義工



57% 長者 13 個
隱蔽長者查訪活動 &
暖在心間冬日探訪活動 &
「樂延年」茶樓院舍到戶
長者服務義工活動



實體義工的成效

多元共融

共有2次義工活動，
並能夠**服務到**
多達483位
復康人士。

環境及保育

共3次，為環保保育
出一份力，透過回收
令**2600位人**
士受惠

兒童及青少年發展

透過籌備活動，
成功令多達
1919位學生
認識不同的
行業

健康社區

共4次活動，有助建
立良好社區，加強
3575位人士
對健康社區
的認識

長者

共13場活動，為
9554位為長
者送上關懷
和支援



合作機構



香港青少年服務處
HONG KONG CHILDREN & YOUTH SERVICES



基督教家庭服務中心
Christian Family Service Centre



南葵涌社會服務處
South Kwai Chung Social Service



RunOurCity
全城街馬



Hong Kong 香港婦聯
Women Development
Association Limited



基督教
靈實
協會
HAVEN
OF HOPE
CHRISTIAN SERVICE



71%

家庭義工人數 380個家庭

1066人
出席義工人數

29%

個人義工人數 306人

Jun 2023 to Apr 2024

5.3%

多元共融 216 小時

7.3%

環境及保育 286 小時

1.3%

兒童及青少年發展 54 小時

61.3%

長者 2463.5 小時

24.8%

健康社區 998.5 小時

4018小時
總義工時數

Jun 2023 to Apr 2024

52.6%
長者 9554 人

18165人
總受惠人數

2.8%
多元共融 517 人

14.4%
環境及保育 2600 人

10.6%
兒童及青少年發展 1919 人

19.6%
健康社區 3575 人

參加者感想

完全享受過程，
感到舒暢和愉快，
希望幫到人，
更加幫到自己



今日好開心可以帶小朋友去做義工
探望獨居長者用身教去帶俾小朋友
一啲佢哋需要知道嘅訊息世界觀
同埋弱勢社群獨居長者嘅生活狀態

我會開心有呢個機會可以有一個親子
嘅節目做一啲有意義嘅活動





加入我們，一同行善

城市之所以美好，不只靠少數人做偉大的事，
而是由許多人一起持續做一點點好事
請繼續關注小義施的未來動向和各項有趣多元的義工機會，
時刻發揮影響力，一同行善，貢獻社區，同建好城市！



賽馬會眾心行善



登記「賽馬會眾心行善平台」



連結「眾心行善」至「小義施」



一站式儲義工時數



賽馬會眾心行善小義施

