



睛彩
2015 秋冬

Geoff Oliver Bugbee / 奧比斯

Jamuna 期望女兒能努力讀書，以知識改善生活，為自己創造更好的未來。

2 救盲最前線

- 無數的採訪經驗，
也不及這次奧比斯山東之旅



3 放眼看世界

- 用說話救盲

7 眼睛全接觸

- 拆解老花模糊之迷

眼疾何止帶走視力

「你的孩子注定發展遲緩！」

天下父母皆希望子女精靈活潑、健康成長；然而，醫生的這番話對 Sarita 的媽媽 Jamuna 如同晴天霹靂！

現年六歲的 Sarita 與母親居於尼泊爾一個偏遠村莊，父親隻身到印度當廚師，以求養活妻兒。Sarita 兩歲半時曾患上肺結核，雖然完全康復，缺乏知識的父母卻深信這場大病令 Sarita 智力衰退，導致學習遲緩，永遠都比同齡小孩「慢半拍」。更不幸的是，媽媽逐漸發現 Sarita 的視力亦出了問題，生活自理變得越來越困難。

有一天，Jamuna 聽到鄰居提及奧比斯正協助鄰近的 Fateh Bal 眼科醫院開展兒童眼科服務，並會按病人家庭的經濟情況提供適當援助。經過兩小時的車程，Jamuna 帶同女兒抵達位於 100 公里外的醫院，Sarita 確診雙眼均患上發育性白內障。由於兒童成長過程中，多達八成知

識都是由眼睛接收訊息而來的，一旦視力受損，就會影響兒童的學習進度和日常生活，因此 Sarita 被誤診為發展遲緩，其實與她的智力無關。

奧比斯將臨床培訓定為救盲項目的核心工作，相信提升受助地區的眼科醫療技術，才是解決盲疾問題的根本方法。任職 Fateh Bal 眼科醫院的 Chandra Maya Gurung 醫生，就在 2012 年接受奧比斯的資助，遠赴印度的 Dr. Shroff 慈善眼科醫院接受為期一年的兒童眼科醫療培訓，進修治療各種兒童眼疾的技術。這次，Chandra Maya Gurung 醫生為 Sarita 的雙眼施行手術，術後更為她配上合適的眼鏡，協助 Sarita 慢慢重拾視力。手術的成功不單令 Sarita 重新看見這個世界，更為她的人生帶來新景象。健康視力提升了 Sarita 在學校的發展，再不會「模糊渾噩過日子」了。



教育最前線

無數的採訪經驗，也不及這次奧比斯山東之旅

「多謝支持，後會有期」，簡單的八個字，背後卻有一份深遠的意義。香港前電視新聞主播方健儀華麗轉身，向更廣闊的舞台出發。因為她堅信「世界那麼大，我想去看看」。今年八月，方健儀擔任「香港奧比斯學生大使團長」，親身走到中國山東，帶領十位學生大使進行救盲探訪，探索新聞界以外的世界。

曾走訪四川大地震，盡見頽垣敗瓦，滿目瘡痍；曾駐守北京，走到案發現場，訪問因交通意外而喪親的家屬；曾臨危受命，直播菲律賓人質慘劇……無數的採訪經驗，也不及這次奧比斯山東之旅，教方健儀感受深刻。

今年暑假帶領了十名奧比斯學生大使到山東臨沂，看見患上內斜視的王發勝。發勝爸爸本身都患有嚴重內斜視，靠務農為生，又要照顧年事已高的父母，年收入不足一萬元，入不敷支。十一年前誕下發勝，可是因家貧及防盲意識低而未加理會他的眼疾。

幸而去年奧比斯舉辦免費眼睛篩查活動，發現了發勝，為他雙眼進行了手術，手術費由奧比斯資助。

初次與發勝見面，他有點靦腆。幸好經過一輪自我介紹後，彼此之間的冰塊瞬間融化。活潑的他還教我們玩港版「紅綠燈」的「木頭人」遊戲，就是這樣我們完成與患者的破冰《首部曲》。



離開山東前一天，我們回到市內唯一一間眼科醫院—魯南眼科醫院，探訪準備做手術的發勝。換上病人服的他，吊著鹽水躺在床上，收起之前燦爛的笑容，心情緊張地迎接手術。看著擔憂的發勝，我們嘗試跟他說笑，並在床邊輕聲唱歌跳舞。看到他的咀角輕輕翹起，似乎我們為他帶來點點的信心。及後部分同學更獲安排直擊發勝的手術過程，此時，我們彷彿完成了向患者加油的《次部曲》。

來到最後一天，大家也記掛發勝的手術是否成功。再臨醫院，醫生說手術非常成功，眼珠已回復正位，兩三星期後便痊癒。我們都替回復生猛的發勝高興，並再次高唱彷彿是旅程的主題曲《青春修煉手冊》後依依不捨離開，完成我們的祝福《三部曲》。



旅程的另一重點，就是體驗失明。來到市郊準備家訪時，突然被告知要蒙眼入村，學生大使們的心情立時緊張起來：「蒙眼如何下車？」「有冇狗來咬我？」面對十萬個疑問，奧比斯同事們微笑回應：「只要相信我們便行。」實不相瞞，我也很擔心，但憑著一個「信」字，我敢嘗試。

由於我是團長，自然要做領頭。下車的一刻最艱難，平日眼看梯級的高度，雙腳很易協調，但蒙著雙眼，我用腳測試梯級高度時，卻遲遲未能著地，全靠同事在旁提示，那兩步恰似在黑洞中梯級終於走完。

接著我們一個跟一個向村落推進。作為領頭軍，我步步為營，當試到前面有斜路，便立即提示後面的同學。風聲、草聲、車聲及同事的提示聲，

變成我們的盲公竹。原本一分鐘的路程，很不容易走了十分鐘。



來到終點，我們終可脫下眼罩，並探訪兩歲男童韓相霖。架著厚厚眼鏡的他，患有先天性白內障及先天性眼球震顫，我們送來的玩具，他全都放進口裡，只可用味覺感受新事物，看在眼裡鼻子一酸。

每個人力量雖然渺小，但集合起來便會成為堅固的盲公竹，協助小童接受手術回復視力，接受良好教育，以知識改變命運，這是我衷心的祝願。

*文章摘自《港股策略王》方健儀之專欄



放眼看世界

用說話救盲：不單是醫生才可拯救眼睛

來自贊比亞偏遠村莊的 Charles Kafweta 是一位老師。兩年前，他發現雙眼視力變差，而且非常痕癢，他曾嘗試配戴眼鏡，希望改善視力，也多次到當地診所就醫，反覆試過滴眼藥水、塗眼藥膏及服用抗生素治療，可惜完全沒有改善，視力日漸衰退。

Charles 是一家九口的經濟支柱，眼見視力一天比一天差，他深恐終有一天會失去工作，影響全家生計。奈何他試盡多種方法，仍苦無對策。眼疾不單影響工作，也影響生活。「閱讀是我生命中最大的樂趣與原動力。自患上眼疾，我看書越來越吃力，不單速度大減，很多字更難以看清楚。」

一番說話 改變半生光景

正當 Charles 準備放棄，他任職的學校派他參與在 30 公里外舉行的健康講座。那是奧比斯與合作夥伴醫院特別為培訓老師及社區工作者而設，希望透過他們，將正確的眼科知識帶入社區，讓偏遠地區有需要人士，尤其是學童、長者及婦女等，學懂保護眼睛。



Abir Abdullah / 奧比斯

在那裏，Charles 認識了奧比斯受訓臨床眼科主任 Duncan Chimbila。瞭解到 Charles 的情況後，Duncan 立即為他檢查，初步診斷出他左眼患有白內障，並安排他做手術。「奇怪地，當我知道自己患上白內障，不單沒有驚恐，反而鬆了一口氣。」Charles 說。「我終於知道病因及治療方法。這是過去一年，我多番努力也找不到的答案。希望重燃，我再也不用惶恐過每一日。」

數據主任 變身救盲勇士

Duncan 是贊比亞極少數臨床眼科主任之一。他原本是個數據主任，因奧比斯與當地夥伴醫院 Mwinilunga District Hospital (MDH) 合作獲得培訓，成為該院第一位臨床眼科主任，負責於偏遠地區宣揚眼科醫療知識，工作範圍由舉辦眼睛健康講座、眼睛篩查、轉介眼疾個案，以至手術後護理及覆診等。Duncan 工作中



奧比斯

最重要及困難的一環，是與不同的人溝通，取得他們支持，一同宣揚正確眼科知識。同時，他也經常要說服眼疾病人接受診治，提醒他們依時覆診，防止他們因無知、迷信或家庭困難等原因放棄治療。

無知謠言 埋沒復明真相

然而，當 Charles 充滿期待地回家，告訴妻女自己將做手術治療白內障，不料她們竟哭得呼天搶地，堅決反對。原來，家人多年來聽到太多謠傳，認定做眼科手術是極度危險，深恐 Charles 會成手術刀下的犧牲品。經 Charles 連日來解釋及游說，他們最終同意他做手術。



奧比斯

「我明白他們都很愛我，極度害怕失去我。所以，我更感激他們尊重與支持我的決定。」Charles 的手術很成功，很快便回復精神抖擻，他更驚訝於手術中自己竟完全感覺不到痛楚。

「當日我離開手術室，見到妻子及女兒們時，她們仍在發抖飲泣呢！」

Charles 因村落欠缺眼科知識，白白受苦了一整年，更差點失去工作。Duncan 的一番話，讓 Charles 相信眼疾可治，更力排外間謬誤堅持做手術，最終改變他的下半生，不用在漆黑中度過未來歲月。然而，以 Duncan 及其他少數臨床眼科主任的微薄力量，絕不足以應付贊比亞地圖上無數未有眼科服務的偏遠村落。因此，奧比斯致力於偏遠地區推廣眼科知識，培訓更多醫護人員、老師、社區工作者、義工，讓他們能進行更多社區眼睛篩查，主動尋找病患，及早為他們提供協助。

光明大使 拯救更多眼睛

Charles 說：「我決意成為一位眼睛健康大使，以親身經歷，將眼科手術的真確資料告訴校內每位學生。單是在我身邊，已有好幾位朋友因荒謬流言，一直逃避治療眼睛。我會跟他們分享經驗，說服他們接受治療，迎接光明未來。」歡迎您與 Charles 攜手，成為眼睛健康大使，無論您捐款支持、擔任義工、向親友宣揚護眼及救盲訊息，都能為全球眼疾問題出一分力，從最基本著手，透過不同渠道，令每個人明辨眼睛問題的是與非，阻止世界上不必要的失明繼續發生。



請即登入以下網址，
或利用第 7 版的表格，
支持救盲工作：

www.orbis.org/macau-donate



愛心顯光明

愛眼行動 2015 讓「視力小偷」無所遁形

正在細閱這篇文章的您，想必對眼疾問題非常重視。然而，您有多久沒有接受詳細眼科檢查，了解自己的視力狀況？許多人都會在驗配眼鏡時測試近視度數，或在眼睛不適時求醫。事實上，許多眼疾如同小偷一般，隱藏暗處、毫無先兆、無聲無息地影響我們的視力，唯有透過定期及詳細的眼睛檢查，方能找出這些「視力小偷」，及早防治眼疾。

有見及此，奧比斯於 8 月至 10 月期間舉辦一年一度的「愛眼行動」，透過主題「誰讓視力小偷無所遁形？」，呼籲大眾定期接受詳細眼科檢查，避免無辜喪失視力，同時邀請各界捐款，支持奧比斯於落後地區建立農村眼科護理網絡，培訓醫護人員及社區人員，為偏遠貧民提供眼科檢查和治療的機會。奧比斯更有幸邀得八個本澳機構，成為是次活動的「愛眼行動大使」，捐款者每捐出澳門幣 100 元，八位大使即多捐出澳門幣 40 元，實行「一呼八應」，加添救盲力量。



八個「愛眼行動大使」代表於 10 月 8 日「世界視覺日」呼籲市民捐款支持。

奧比斯於 10 月 8 日「世界視覺日」當天舉行了「愛眼行動 2015」記者招待會，期望改變公眾輕視眼科檢查的錯誤觀念。會上除了邀得澳門鏡湖醫院眼科中心賴一凡主任顧問醫生講解定期驗眼的重要性，亦得到本澳知名音樂監製及歌手蘇耀光先生蒞臨，與奧比斯一起介紹全球救盲防盲工作，呼籲大眾踴躍捐款支持。除此之外，奧比斯亦透過官方網站、Facebook 專頁、教育展覽板、宣傳單張及海報等，於本澳各區宣揚護眼知識。

今年「愛眼行動大使」包括中國銀行澳門分行、永利渡假村（澳門）股份有限公司、金沙中國有限公司、香港上海滙豐銀行有限公司、華僑永亨銀行、銀河娛樂集團、麥澳有限公司、及 Life by Original；同行機構包括棋人公益文化計劃、澳門理工大學；媒體支持包括好傳媒製作有限公司、Macau Post Daily，另有

Bruno Design 再一次提供平面設計贊助。有賴本澳各界支持，「愛眼行動 2015」成功籌得澳門幣逾 112 萬元，奧比斯在此衷心感謝各個支持單位、以及逾 9,320 名市民參與愛眼善舉！

五大最高籌款機構

冠軍：中國銀行澳門分行

亞軍：金沙中國有限公司

季軍：聖家學校

第四名：Life by Original

第五名：華僑永亨銀行股份有限公司

奧比斯街頭推廣活動

奧比斯澳門辦事處每年以各種形式，如郵件、網上平台、學校講座、支持者聚會等，向本澳市民介紹全球眼疾問題，籌募善款支持前線救盲工作。今年奧比斯就舉辦了兩個街頭推廣活動，向更多本澳市民宣揚防盲救盲任務。

全球現有 140 萬失明兒童，無法學習、自理、追尋夢想，因此奧比斯於今年 7 月舉辦了「看得見的『機』會」推廣日，藉著義賣色彩繽紛的眼科飛機醫院吊飾，為奧比斯的兒童防治盲疾工作籌募經費。兩日活動喜獲過百名義工協



奧比斯

助，不少家庭更是親子組合出動，身體力行感受助人復明的快樂。



奧比斯

除了兒童，全球各地亦有 3,900 萬失明人，無法親眼看見摯親的臉，或者抬頭望見美麗月色。奧比斯一如既往於中秋佳節期間舉辦「愛心獻光明」中秋禮品義賣，同時招募「奧比斯之友」每月捐款者，鼓勵更多市民加入定期捐款行列，為救盲工作提供穩定資源。有賴各機構及個人義工支持，所有中秋禮品迅速售罄，讓更多失明人在下個佳節能與我們「千里共嬋娟」。

奧比斯在此感謝各位義工、捐款者及下列單位支持（排名不分先後）：奇華餅家贊助月餅及茗茶禮盒，香港著名插畫家馬仔設計月餅盒，民政總署、花城鴻圖偉業業主委員會、培正中學借出場地，可口可樂飲料有限公司及德記茶餐廳提供物資，永利澳門義工隊、東亞銀行義工隊、嘉諾撒聖心英文中學義工隊、澳門電訊義工隊、澳廣視義工隊協助街頭義賣，以及中國銀行澳門分行及華僑永亨銀行義工隊協助點算善款。

你也想為救盲工作出一分力嗎？無論男女老少，歡迎您加入奧比斯義工行列，協助籌款活動、處理辦公室事務、搬運工作、專業服務等。請登入 www.orbis.org.mo-volunteer 下載義工登記表格，交回奧比斯澳門辦事處。查詢：2830 0787。



同心創光明

為何每月捐款更能推動救盲工作？

一位奧比斯每月捐款者，能救得多少雙眼睛？答案是：無限！

奧比斯的工作，不單單為拯救一個人一雙眼睛而來，我們更希望為醫療資源貧乏的發展中國家，開展他們的光明未來。奧比斯透過長期防盲治盲項目，協助落後地區建立完善、且適切配合當地需求的眼科醫療系統，並確保這套系統能持續發展，長遠為當地人民提供重拾光明的機會。

自 1999 年起，奧比斯在孟加拉、中國、埃塞俄比亞、印度和越南等地展開了駐國家的發展計劃，長遠支援當地眼科項目。這些駐國家長期項目一般為期5年或以上，分三個階段進行：

一、前期工作：我們與當地醫療單位合作，建立培訓中心，連繫各級鄉鎮的醫院、診所，組成龐大的眼科醫療網絡，並添置所需器材，為救盲項目建立穩健的基礎。

二、中期培訓：奧比斯針對當地醫療需求，培訓各種專業人員，包括眼科醫生、護士、麻醉師、視光師、醫療管理人員等。我們除了邀請義務眼科專家前往發展中地區，為當地人員進行臨床培訓，亦會提供獎學金供當地人員出外

進修、提供網絡視訊培訓等。我們更著重「培訓導師」計劃，讓這些接受培訓後的醫護人員能將他們的知識傳授予其他同事，確保近至城市遠至鄉郊的醫護人員都可提升技術，薪火相傳。

三、後期拓展：我們在偏遠地區提供護眼教育、視力篩查和眼科護理服務，主動尋找病患，提供治療或轉介至市區醫院作進一步診治。我們亦需確保當地醫護人員有能力自行營運其眼科醫療服務，並且持續發展，在奧比斯離開當地後仍能讓更多人受惠。

單在 2014 年，奧比斯在世界各地有 41 個長期防盲治盲項目正在進行，而我們需要持續而穩定的資源，作為救盲工作的強大後盾。每月捐款者 Tony（圖左一）今年 9 月便親自到訪黑龍江，見證當地的長期防治盲疾項目：「奧比斯協助當地眼科醫生提升救盲技術，同時亦讓當地市民提高眼疾預防意識，及早接受治療；『授人以漁』總好過『授人以魚』。」Tony 和團友除了參觀當地眼科醫院，亦探訪了三位受惠眼疾患者，感受到重獲光明的喜悅。「我成為奧比斯每月捐款者已有8年了，這次旅程讓我親身體會到奧比斯在前線的救盲成果，我為

自己一直以來堅持捐助感到自豪，亦會鼓勵身邊朋友加入每月捐款行列。」

一位奧比斯每月捐款者，不但能拯救一個人一雙眼睛，更能培訓更多「光明使者」，挽救更多人的視力；同時，當奧比斯協助眼疾患者重拾視力，所帶來的改變亦不只影響一個人，而是延伸至整個社區：成年人可以工作，養活家庭；小孩可以上學，將來回饋社會，帶領大家構建光明的未來。奧比斯誠邀您加入奧比斯每月捐款行列，您的小小支持，可以創造無限個重見重生的故事。



不可或缺的時、地、人 華僑永亨銀行

常言道，天時、地利、人和是成功的三大要素，於奧比斯的籌募工作亦然。多年來奧比斯有幸得到本澳各個機構鼎力支持我們的工作，其中華僑永亨銀行即為其中表表者，為我們的籌募工作提供時、地、人的便利。

早於2007年，奧比斯在澳門成立之初，華僑永亨銀行便與奧比斯展開長期合作，發行「奧比斯VISA卡」，持卡人每次消費，銀行就會捐出等同於簽賬額0.3%的善款予奧比斯，讓銀行客戶在購物消閒之餘，隨「時」捐助救盲工作，令貧困的眼病患者得到診治。2012年，銀行更將奧比斯慈善信用卡的範圍延伸至MasterCard，讓更多客戶能參與善舉。銀行更鼓勵客戶將信用卡迎新贈品及簽賬所得積分捐贈奧比斯，用以訓練發展中地區的眼科醫護人員，讓更多眼疾病人受惠。

除了以信用卡消費捐款，華僑永亨銀行亦協助奧比斯開通多個捐款渠道，包括透過賬戶直接付款作「奧比斯之友」每月捐款，或於網上理財服務平臺作單筆捐款，讓市民不受「地」域限制，亦能支持復明工作。為了讓更多本澳各「地」市民接收奧比斯資訊，華僑永亨銀行更



華僑永亨銀行義工隊支援奧比斯捐款者聚會。

義助奧比斯分發宣傳小冊子予其客戶，為奧比斯減省經費，騰出更多寶貴資源，用於長期防治盲疾工作。

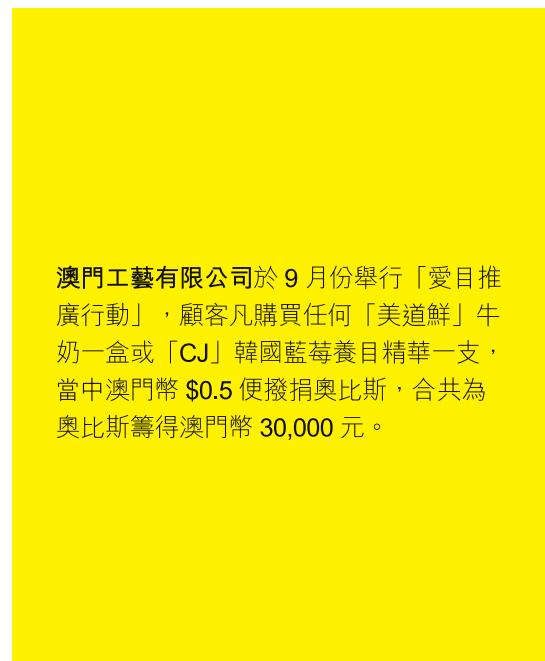
有了天時、地利，不能缺少的是人和。這一點，華僑永亨銀行對奧比斯的幫助無容置疑。上至管理層、下至前線員工，銀行同事多年來不僅慷慨捐款支持各項籌款活動，更身體力行參與各項義務工作，每逢奧比斯慈善聚餐、捐款者聚會、街頭義賣等活動，銀行義工隊成員必定踴躍報名，分擔各種事務，是復明大軍不可或缺的一員。

奧比斯由衷感謝華僑永亨銀行一直以來為救盲工作提供的天時、地利、人和；更期望本澳能有更多機構參與善行，為救盲引擎添注力量。



齊心展色彩

奧比斯衷心感謝本澳各界市民及機構支持，以各種方式籌募善款，為眼疾病人開展光明視野。



澳門工藝有限公司於 9 月份舉行「愛目推廣行動」，顧客凡購買任何「美道鮮」牛奶奶一盒或「CJ」韓國藍莓養目精華一支，當中澳門幣 \$0.5 便撥捐奧比斯，合共為奧比斯籌得澳門幣 30,000 元。



澳門美高梅於今年 4 月至 10 月期間，展出葡萄牙當代藝術家 Joana Vasconcelos 的作品「八面靈龍」，並以此為主題特別設計一款彩虹色調的精緻蛋糕。酒店把全數蛋糕收益的雙倍金額，合共澳門幣 183,000 元捐贈奧比斯，讓更多無辜失明人士亦能重見繽紛世界。



旅遊學院旅遊會展及節目管理三年級學生於 9 月至 11 月期間，舉辦「Light It Up 光夢之旅」系列活動。一連串與「黑暗和光明」相關的活動扣除成本後，為奧比斯籌得澳門幣 27,100 元善款，為活在黑暗的一群帶來光明和希望。



中國銀行澳門分行於 10 月份舉行「根植澳門 65 載慈善行 · 中銀與您同邁步」活動，奧比斯有幸成為受惠機構之一，獲捐贈澳門幣 200,000 元開展救盲工作。



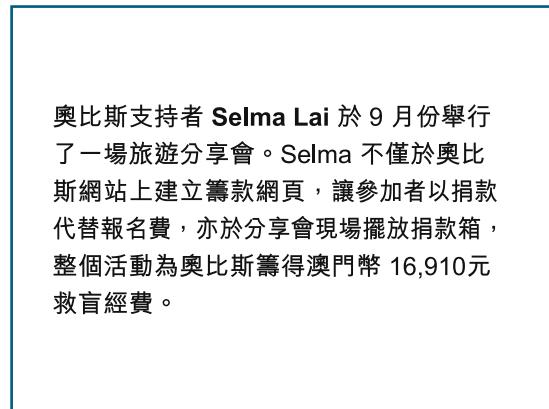
思華創意（澳門）有限公司於 10 月份舉辦「澳門喪 Z 行」活動，並鼓勵參加者於活動當日關掉手機 1 小時，休息眼睛之餘亦逃離網絡世界。所有活動收益扣除成本後，共籌得澳門幣 150,000 元捐贈奧比斯，協助眼疾病人逃離黑暗。



Macau Business 於 10 月份舉辦慈善高爾夫球賽，奧比斯有幸成為受惠機構之一，獲季軍隊伍、主隊 Macau Business 捐贈澳門幣 35,000 元救盲善款。



由 PokerStars LIVE Macau 主辦「2015 年亞洲撲克錦標賽」亞太巡迴賽第九賽季總決賽於 11 月於新濠天地舉行，並藉此盛事捐出澳門幣 500,000 元予奧比斯作救盲經費。



奧比斯支持者 Selma Lai 於 9 月份舉行了一場旅遊分享會。Selma 不僅於奧比斯網站上建立籌款網頁，讓參加者以捐款代替報名費，亦於分享會現場擺放捐款箱，整個活動為奧比斯籌得澳門幣 16,910 元救盲經費。

如果您或您的機構有意舉辦活動為奧比斯籌款，歡迎致電 2830 0787 與戴小姐聯絡。



眼睛全接觸

人到中年眼矇矇 拆解老花模糊之迷

老花是眼睛機能衰退的自然現象，基本上「人人有份」，但坊間對老花的認知仍然存有誤解。雖說是「老」花，但其實一般人約在40歲左右就會開始出現老花的症狀。老花是由於眼睛晶體逐漸硬化及眼內肌肉老化，令晶體的變焦功能衰退，看近物時難以聚焦，因而出現模糊感。很多人誤以為「有近視就不會有老花」，其實有近視的人亦會患上老花，但在光學上，近視可以抵銷部份老花度數，所以有近視的人，老花的病徵會較遲出現。

近年「低頭族」俯拾皆是，過份沉迷電子產品不但有機會加深近視，更會將老花的症狀進一步放大。經常看手機雖然不會直接導致老花，但長時間近距離看著電子屏幕及長時間用眼，加上屏幕跳動速度快，容易令眼睛調節功能失常，加劇老花的症狀。年輕人經常玩電話卻不會出現老花，這只不過是因為他們還未到達眼睛機能衰退的階段，當年齡漸長時，各類眼睛健康問題便會慢慢浮現。



Geoff Oliver Bugbee / 奧比斯

誤解	老花等於遠視？	激光矯視可以根治老花？	看手機太多會不會更容易出現老花？	有什麼方法讓老花遲一點才出現？	老花的度數有沒有上限？為什麼遠視跟近視可以上千度呢？
正確認知	在光學上，老花是遠視的一種，但它們的成因不同。遠視主要成因是眼球過短，令景物未能聚焦在視網膜上。至於老花，則是由於連繫著晶狀體的韌帶老化，令晶體的變焦功能衰退。	要矯正老花，可以採用單眼複視 (Mono Vision) 的方法，透過激光矯視手術，打磨角膜改變弧度，讓一隻眼睛負責看近物，另一隻眼睛負責看遠物，減低對眼鏡的依賴。	看手機並不會直接導致老花，但是會令老花提早出現，或令老花的症狀更明顯。反之而言，一旦出現老花，近距離看電話時便會出現困難。	少看一點電腦、電話。多做一些放鬆眼部的活動，例如看一點遠的東西。有機會的話，可以每小時抽出三分鐘來閉目養神。	一般人的老花度數約為275至300度，有些人會達到400度左右。若同時患有老花及遠視，眼鏡的度數可能就會超過400度。遠視跟近視是由眼球的長度改變所致，老花則是由晶狀體的弧度不足所造成，受影響的幅度有限。

慷慨解囊

我願意 成為「奧比斯之友」每月捐款者，為失明人士開展光明視野：

澳門幣 150 250 500 其他金額(多少無拘) _____

我願意 一次過捐助以下金額，帶給失明人士一份光明無價寶：

澳門幣 500 1,000 其他金額(多少無拘) _____

請填寫下面有關資料

捐款者資料

英文姓名/公司名稱		
中文姓名		
聯絡人	日間聯絡電話	
出生日期	身份證號碼 <small>(只用作避免捐款者記錄重複)</small>	
地址		
捐款者編號 <small>(如適用)</small>	電郵地址	
通訊語言選擇	<input type="radio"/> 中文	<input type="radio"/> 英文
請寄給我以下資料_____份：		
<input type="radio"/> 「奧比斯之友」每月捐款計劃	<input type="radio"/> 義工登記表格	
<input type="radio"/> 奧比斯賀禮捐獻計劃	<input type="radio"/> 奧比斯遺產捐贈計劃	
<input type="radio"/> 奧比斯慈善信用卡申請表 <small>(豁免年費及簽賬額之0.3%將自動撥捐奧比斯)</small>		

捐款方法

1) 網上捐款 (請不用交回此回條)

請登入 www.orbis.org/macau-donate，以信用卡即時登記捐款

2) 支票號碼 (抬頭請寫「澳門奧比斯」)

3) 信用卡 VISA MasterCard

信用卡簽發銀行

信用卡持有人姓名

信用卡號碼

信用卡有效日期 月 年 (請於三個月內有效)

信用卡持有人簽署

日期

簽名必須與閣下之信用卡簽名完全相同。表格上如有任何塗改，請在旁簽署。

請將此回條連同捐款寄回澳門郵政信箱478號，電郵 info.macau@orbis.org 或傳真至2835 6061。

請寄回收據。

如收據抬頭非捐款者本人，請以英文列明 _____

若捐款者姓名及地址欠奉，恕未能發回收據。

為幫助節省行政開支，本人不需要收據。

以上資料只會用作寄發收據、報導救盲活動、籌募及各項活動推廣用途，我們可能將以上資料提供予第三者服務供應人進行以上運作，但所有資料絕對保密。如不希望收到本機構資訊，請在空格加上「√」號，並可選擇以郵寄、電話、電郵、傳真或親身通知奧比斯。

謝謝您的慷慨解囊！



睛彩動向

奧比斯「豐足」利是封慈善義賣

農曆新年將至，奧比斯為大家帶來利是封慈善義賣，讓新春祝福倍增！

最讓人期待和充滿喜悅的節慶——農曆新年將至，奧比斯、友邦洋紙及匯洋印刷今年再次聯同香港著名設計公司 BLOW 設計總監羅曉騰 (Ken Lo)，推出慈善利是封。

今年的利是封以「豐足」作主題，以中國傳統吉利食品，喻意經過整年的努力耕耘，滿載著各種各樣的收穫，在新年與家人和朋友團聚在一起，分享豐盛美滿的成果，並互相祝福來年繼續豐衣足食，知足常樂。

有別於生肖圖案，此款利是封不僅適用於新春贈禮，更可當作生日、婚慶等的禮封。除了在喜慶日子祝福大家活得富足外，亦能夠支持發展中國家的眼疾患者，讓他們得以藉奧比斯的幫助恢復視力，活得豐盛！

「豐足」慈善利是封一盒包含 4 款長型、4 款方型共 32 個利是封，每盒慈善價澳門幣 100 元，扣除成本後將會捐贈奧比斯，把佳節祝福和光明希望送到遠方。義賣由即日起至 2016 年 2 月 5 日，數量有限，售完即止。請即致電 2830 0787 或登入 www.orbis.org，與親友和眼疾病人一起享受「豐足」的喜悅！



(網上捐款 隨時募集善心)

奧比斯現已開通嶄新捐款方式，讓你不受時地限制，隨時支持救盲工作：

● 網上籌款專頁

您的各式創意點子，都可轉化為奧比斯的籌款活動，您更可以在奧比斯網站建立籌款網頁，廣邀親朋即時以信用卡捐款，支持您的善舉。

www.orbis.org/mo-online-fundraising

● 澳門通手機程式捐款

澳門通股份有限公司現已開通「澳門通 Android 手機 APP3.0 版」，用戶使用特定版本澳門通卡，便可不受時地限制，即時愛心捐款。（註：手機APP捐款不設收據）

www.macaupass.com

 **orbis 奧比斯**

澳門板樟堂街16號F-L
顯利商業中心2樓32室

郵寄地址：
澳門郵政信箱478號

www.orbis.org
T. +853 2830 0787
F. +853 2835 6061
E. info.macau@orbis.org
 Orbis Macau