



# 保良局薄扶林復康中心

季刊第二十期  
(2015年7月號)



# 目 錄

- P. 1 編者的話
- P. 2 活動預告
- P. 3-5 中心動向
- P. 6-9 中心活動花絮
- P. 10 服務質素標準(SQS)知多少-SQS3
- P. 11-12 醫護資訊-中暑、紫外線指數
- P. 13 2015年4月至6月輔助醫療服務統計

## 編者的話:

## 社工鍾秀汶姑娘

大家可有留意今期季刊的封面呢？這是一次週四外出活動，去數碼港海濱公園時，職員為兩位學員影下的。當日同事還為學員影下了很多歡欣愉快的郊遊相片，回到中心與其他職、學員欣賞分享。

在多張照片中，就這張特別給我一種相處和諧的感覺。遇到一些接觸智障人士機會不多的朋友，他們總會好奇問到有的智障人士不懂言語表達，面對熟絡的家人、社工及導師，可能較容易了解溝通。然而，學員之間又是怎樣相處、如何溝通的呢？

學員之間很多時候真的不用說話就能相處，他們很容易就能夠找到生活中的默契。勾著肩、搭著背，大家走在一起散著步；哼哼歌，打著拍子，就自然圍著跳跳舞。學員的表達方法來得很簡單及自然，眼神交流、臉部表情、肢體動作都流露著他們的喜怒哀樂。語言可能是溝通中較直接及快速的途徑，但卻不是唯一的，只要我們多觀察，用“心”去聆聽，無聲的說話可能更真摯。



# 活動預告

月份	活動
7月	7月至9月生日會
	聖士提反書院義工探訪
	保良局賣旗及服務推廣日
	家長會
9月	家長講座



**保良局賣旗日** 2015 **7.15**  
星期三  
全港各區

善款用作增善指定社會及教育服務，請踴躍支持。

☎ 2277 8105

下載活動詳情及贊助表格



# 中心動向

## 1. 人事變動

月份	到職	
4月	導師	徐穎欣
6月	廚師	葉子揚
6月	登記護士	潘艾美

徐穎欣

大家好！我是新入職的導師—徐穎欣，可以稱呼我「阿徐」。我加入薄扶林復康中心大家庭已經三個月，很高興認識各學員、家長和同事。感激各位同事的幫助和指導，讓我更快適應工作。希望往後的日子不斷改進自己，為學員提供更優質的服務。一起並肩同行薄扶林復康中心的快樂生活！



葉子揚

大家好，我叫葉子揚，是新來的廚師，負責學員膳食，希望大家都可以食得開心又健康。



潘艾美

Hi，大家好，我係 Amy，新來的登記護士，好高興能夠加入醫護組工作，大家合作愉快。

2. 中心每年都會帶領學員參與天星碼頭展銷活動，本年度第一次展銷活動已於 5 月 2 日順利進行。今次加添了學員油畫作品作展銷，深得社區人士喜愛，並成功出售多幅作品。



# 中心動向



# 中心動向

3. 中心服務推廣暨開放日已於 5 月 22 日舉辦，當日有不少社區人士及團體到來參觀，共有 157 人次參觀，促進了彼此交流及認識本中心的機會。今次開放日能順利完成，特別鳴謝一班既盡責又熱情的家長義工，分別協助介紹展覽、指導手工藝及曲奇製作等。



4. 2015-2016 年度家長會將於 7 月 24 日舉行，活動包括簡介中心小組及活動內容、介紹中心最新動向及茶聚等，以增加家長對中心服務的認識，及加強家長間的溝通聯繫。

# 中心活動花絮



活動名稱

4月至6月生日會

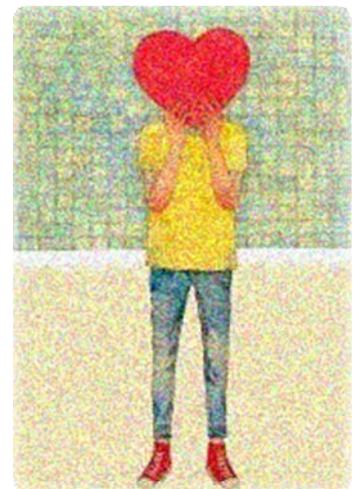
日期：2-4-2015



活動名稱

愛心無界限 III 義工活動

日期：10-4-2015





# 中心活動花絮 週四活動



cavalia 馬戲表演  
日期：23-4-2015



電影欣賞 - 五個小孩的校長 9-4-2015



數碼港郊遊 14-5-2015

電影欣賞  
侏羅紀世界  
18-6-2015



# 中心活動花絮

愛樂融運動日  
日期：6-5-2015



# 中心活動花系

花旗全球義工日  
日期：13-6-2015



端午節活動  
日期：19-6-2015



# 服務質素標準(SQS)知多少

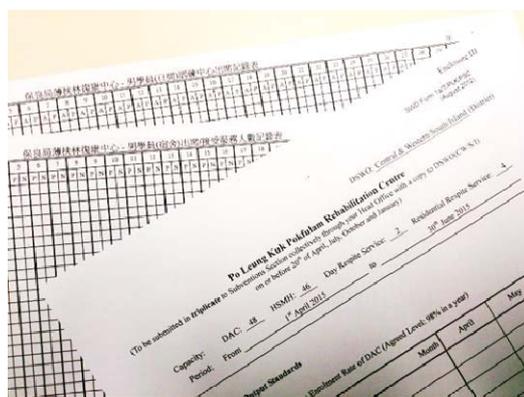
## 標準3 (SQS3)

服務單位須就運作及活動作出準確和最新記錄，以便向有關人士/機構交待。



1. 中心每年會舉辦不同種類的活動及小組訓練，會備有詳細記錄，以供日後參考及查閱。

2. 中心每季會製備準確統計報告，向社會福利署匯報。每項活動均有清晰紀錄，包括：活動出席紀錄、日間活動中心出席紀錄及宿舍出席紀錄等。



3. 中心會季刊形式通知服務使用者及其家屬或公眾人士有關單位的運作及活動資料。



## 中暑



### 什麼是中暑？

人在酷熱的環境裡體溫上升，身體機能便會自動調節來降溫，例如增加排汗和呼吸次數；可是，當環境溫度過高，這些生理調節不能有效控制體溫時，便會出現熱衰竭甚至中暑等情況。

熱衰竭的徵狀包括頭暈、頭痛、噁心、氣促及神志不清等。當體溫升至攝氏四十一度或以上時，患者更會出現全身痙攣或昏迷等現象，稱為中暑。若不及時替患者降溫及急救，便會有生命危險。

### 預防措施

經常留意天文台發出的天氣警告，並採取以下措施：

1. 穿著淺色、不束身和通爽的衣服，以減少身體吸熱，並方便排汗及散熱。
2. 帶備並補充足夠水分，以防脫水。
3. 避免喝含咖啡因（例如：茶或咖啡）或酒精的飲品，因這些飲品會加速身體水分透過泌尿系統流失。
4. 不應在酷熱天氣下作長程的登山或遠足等活動，因高溫、出汗和疲勞都會額外消耗體力。
5. 最好安排在早上或黃昏後進行戶外活動。
6. 在室內活動時，應儘量打開窗戶及以風扇或空氣調節系統保持室內通爽涼快，避免在潮濕悶熱的環境下進行劇烈運動。
7. 調整工作安排，在較涼快的時段工作。如必須在炎熱環境下工作，儘可能在工作地點加設遮蔭，配以循序漸進的工作速度，並於適當時候在涼快處休息，讓體力回復。
8. 不應留在停泊的汽車內。
9. 進行活動時若感不適，應立刻停止，並儘快求診。

(資料來源：衛生署中央健康教育組)



呢個就係酷熱天氣警告，若果天文台發出呢個警告，職員就會取消長時間逗留室外的活動，改為室內進行啦！

# 醫護資訊

## 紫外線資訊

香港天文台自 1999 年開始測量及發佈紫外線指數，並於 2006 年開始預測翌日的最高紫外線指數。當量度或預測的紫外線指數是 11 或以上時，天文台會提醒市民避免長時間在戶外曝曬。

### 紫外線指數與曝曬級數

世界衛生組織把紫外線指數分為右列表中的曝曬級數

紫外線指數	曝曬級數
0-2	低
3-5	中
6-7	高
8-10	甚高
$\geq 11$	極高

### 紫外線指數的意義

紫外線指數是量度太陽紫外線影響人類皮膚的程度。紫外線指數越高，令皮膚及眼睛受傷的機會越高，造成傷害所需的時間也越短。

在香港的夏季，紫外線指數通常在陽光充沛的日子可上升至超過 10 度。



(資料來源：香港天文台)

# 2015 年 4-6 月 輔助醫療服務統計



## 駐機構職業治療服務

項目	月份	4 月	5 月	6 月
	探訪次數			
接受職業治療個案數目				
接受職業治療服務人次				

## 駐機構物理治療服務

月份 項目	4 月	5 月	6 月
	探訪次數	2	2
接受物理治療個案數目	5	5	7
接受物理治療服務次數	5	5	7

## 駐機構臨床心理服務

月份 項目	4 月	5 月	6 月
	探訪次數	3	2
評估服務次數	15	11	6
個案數量	6	6	6



## 義工招募

現誠邀各家屬/監護人/公眾人士，參與成為我們的中心義工，義工可就個人專長、興趣及時間，協助中心小組訓練及興趣活動，有興趣成為義工之人士，可致電 2551 3302 與社工聯絡。



## 復康設施借用

中心提供復康用品給社區人士借用，如輪椅等。如有查詢可向中心社工聯絡。(電話：2551 3302)

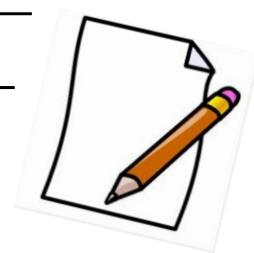
## 住宿暫顧服務

服務簡介：為 6 歲或以上智障人士提供短期照顧，讓他們的家人或照顧者得以在預先計劃的情況下稍作歇息(例如離港旅遊)或處理個人事務(例如接受手術)，亦可讓背負沉重壓力的家人或照顧者暫時卸下照顧的責任，減壓調息。

服務查詢及申請，請與中心社工聯絡  
(電話：2551 3302)



如對本中心有任何意見，或希望向季刊投稿，歡迎郵寄、投放於中心的意見箱或與中心主任張熾成先生聯絡。



地址：薄扶林道 147 號 6 樓

電話：2551-3302

傳真：2551-3329

電郵：[pfl@poleungkuk.org.hk](mailto:pfl@poleungkuk.org.hk)

網址：<http://rehab.poleungkuk.org.hk/zh-hk/476/page.html>

郵 票



督印人：張熾成

編輯小組：鍾秀汶、梁雅瑩

印製數量：150 份

出版日期：2015 年 7 月

殘疾人士院舍條例豁免牌照證明書編號：C0158