



編者的話

2017年的施政報告已於上年10月出爐，今期季刊會為大家介紹一些比較「貼身」的事項。此外，為了鼓勵大家在春夏季保持身心健康，今期季刊亦會介紹一些保健運動—健腦操，讓大家舒筋活絡，醒醒腦筋。

殘疾人士資訊 2017年度施政報告

安老助弱 改善民生

- 2018年中推出「高額長者生活津貼」，向合資格長者每月發放3,435元，有關措施生效日期追溯至今年5月1日。
- 2018年4月1日實施經優化的「低收入在職家庭津貼」計劃（將易名為「在職家庭津貼」計劃），使更多在職住戶受惠。
- 投放額外資源，加強社區和家居照顧服務，目標將服務的輪候時間減至零。於2018-19年度在第二階段「長者社區照顧服務券試驗計劃」中可提供的服務券增至總數6 000張。
- 推動樂齡科技，預留10億元成立基金，資助安老服務單位試用及購置科技產品。
- 政府成立「特殊需要信託」，由社會福利署署長擔任受託人，在有特殊需要子女的家長離世後，管理他們的遺產，為其子女提供照顧。
- 於2018-19年向「兒童發展基金」注資3億元以推出更多計劃幫助基層兒童。
- 撥款4億4,700萬元，將「短期食物援助服務」延長三年至2020-21年，並同時進行全面檢討。
- 建議推出《免入息審查的公共交通費用補貼計劃》，向每月公共交通開支超出指定水平的市民提供補貼，金額以每月300元為上限。



SQS12-服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利

- 12.1 服務單位備有政策及程序，以能在適當時間向服務使用者提供與單位運作有關而會影響他們所獲服務的資料。
- 12.2 服務單位備有政策及程序，讓服務使用者在合適的情況下有機會根據所獲服務的資料作出選擇及決定，而該政策及程序可供他們閱覽。

SQS13-服務單位尊重服務使用者的私人財產權

- 13.1 有確保服務使用者的私人財產權利得到尊重的政策及程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。
- 13.2 如情況合適，服務單位應讓服務使用者有機會將私人財物存放在安全妥當的地方，或通知服務使用者小心保管自己的私人財物。
- 13.3 如服務單位有責任向服務使用者收款及/或代服務使用者管理其金錢及其他貴重物品，應制訂適當的程序和監管方法，並嚴格執行。

SQS14-服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利

- 14.1 在可行的情況下，服務單位備有確保個別服務使用者私隱及尊嚴得到尊重的政策及程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。
- 14.2 對於服務使用者所需的任何個人護理，服務單位應確保進行這些護理時，服務使用者的私隱和尊嚴得到尊重。
- 14.3 服務單位備有確保服務使用者的保密權得到尊重的政策及程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。

SQS15-每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理

- 15.1 服務單位備有處理投訴的政策和程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。
- 15.2 服務單位處理投訴的程序應包括以下事項：- 訂明接獲投訴後採取回應行動的時限；- 確定職員需採取的行動，並指定由何人負責處理投訴；以及 - 訂明如何/何時回應服務使用者的投訴。
- 15.3 讓服務使用者知道他們有權投訴，並讓他們知悉投訴的程序和服務單位如何處理投訴。
- 15.4 服務單位應鼓勵並讓服務使用者有機會討論提供服務方面的問題和坦誠提出他們關注的事情。
- 15.4 所有投訴和處理投訴的行動均應記錄在案。

SQS16-服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯

- 16.1 服務單位備有確保服務使用者免受他人的言語、人身及性侵犯的權利受到尊重的政策及程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。
- 16.2 服務單位的職員應知道服務單位保障服務使用者免受侵犯的權利的政策及程序。
- 16.3 服務單位應鼓勵並讓職員和服務使用者有適當機會提出有關言語、人身或性侵犯方面的關注。



保良局 嚴重殘疾人士家居照顧服務 (新界區)

2018年3月號 (中心通訊)

健康篇：健腦操

簡單幾個動作，同樣能夠體驗運動之樂，老少咸宜的健腦操正是最佳例子。簡單幾個動作，同樣能夠體驗運動之樂，老少咸宜的健腦操正是最佳例子，今期先介紹 **熱身四式**：



熱身四式

身腦整合增記憶

源於美國教育肌動學基金會 (Educational Kinesiology Foundation) 的健腦操多應用於學習困難的小孩身上，透過運動達到「身腦整合」之效果，提升學習能力。

特別發現對輕度認知障礙長者甚有幫助，有助提升他們在記憶、溝通、組織、身體協調，更對執行功能如解決問題和判斷能力等方面有所幫助。

輕鬆平靜愛自己

參與者透過健腦操招式和調和活動 (Balance) 讓身體、思想、情緒返回平衡的狀態，提倡學習與生活的輕鬆和安康。

前腦表達後腦接收



第一式：喝水

方法：每隔一段時間喝一口水，頻密而少量的水，易為身體所吸收。易為身體所吸收。



第二式：腦開關

方法：用手指輕揉鎖骨末端對下，胸骨兩邊的凹陷處 (此乃腎經「俞府穴」)，另一手輕按在肚臍上，做30秒左右，轉手再做。



第三式：交叉爬行

方法：坐在椅子上，右手輕輕拍提起的左膝，左手輕輕拍提起的右膝，最少做30秒。



第四式：掛鈎

第一部份：雙手交叉平放在肩頭，左臂在上；雙腿交叉擺放，左腿在上。深而慢呼吸，做一分鐘，轉手、腳位置再做。
第二部份：雙腳分開，兩手指尖輕觸。深而慢呼吸，做一分鐘。





保良局

嚴重殘疾人士家居照顧服務 (新界區)

2018年3月號 (中心通訊)

1-3月活動花絮

12/1/2018

大棠樂悠悠



10/3/2018 會員大會



19/3/2018 職員退修日



2018年4-6月活動預告

天水圍區：照顧者互助小組(茶聚、戶外活動)

荃灣區：端午節關懷探訪

元朗區：遨遊天際100



保良局

嚴重殘疾人士家居照顧服務 (新界區)

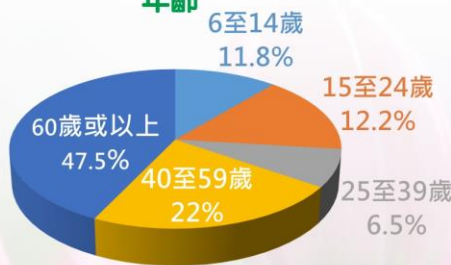
2018年3月號 (中心通訊)

服務使用者資料分佈

服務使用者地區分佈



年齡



性別



意見發表途徑

如對我們的服務有任何意見或讚賞、鼓勵及分享，歡迎以下列途徑交予單位經理陳秀琼姑娘：

1. 郵寄、傳真或電郵意見到本單位
2. 使用單位意見箱

你的意見有助我們繼續改善及提升服務質素，多謝！

中心分隊地址及電話



天水圍及元朗

地址：天水圍天瑞邨天瑞社區中心四樓
 電話：2154 3818
 傳真：2154 3889



荃灣

地址：新界荃灣象山邨商場RB 2號舖
 電話：3708 8695
 傳真：2154 3889

開放時間：星期一至日早上8:00-晚上6:00 (公眾假期休息)
 電郵地址：homecare.nt@poleungkuk.org.hk

督印人：陳秀琼經理

製作人：蔡麗冰(社工)

印刷數量：1000份

出版日期：2018年4月