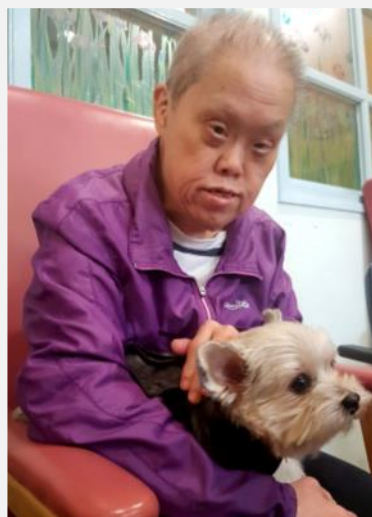




# 保良局八二顯徑中心 2018年10-12月季刊

24.11.2018  
動物義工探訪





# 目錄

編者的話	P.1
SQS 資訊	P.1
醫護資訊	P.2
滋補湯水篇	P.2
服務新知	P.3
保良局140周年服務巡禮	P.4
天星碼頭展銷活動	P.4
健障同心關懷弱能人士 贊助計劃—多元體藝體 驗小組	P.5
共渡聖誕聚餐樂	P.6
活動花絮	P.7-8
義工活動	P.9
中心新力軍	P.10
活動預告	P.10
服務概況	P.11

# 編者的話

社工 馮映芬

步入 2019 年，首先祝各位新年快樂！回顧過去一年與學員、家長和義工們暢談共聚的時光、穿梭香港大街小巷的片段，仍恍如昨天才發生的事一樣歷歷在目。我們會將一段段美好的回憶和興奮的心情化成動力去策劃來年度的中心發展方向，希望令服務不斷提升！

早於2015年起，中心已獲社會福利署批予15名學員參與「延展照顧計劃」服務，於日間時段接受多元化的社交、康樂、健體活動，充實年長學員的樂齡生活。由2018年11月起，中心再獲批新增25個「延展照顧計劃」服務名額，讓更多年長學員受惠。為配合40位長者學員的身、心需要，中心未來會陸續添置相關設備/教材、調節日程和優化環境等，務求服務能配合學員不同年齡階段的發展需要。

好消息豈止一個呢！屬於八二的中心車終於在2018下半年面世，供中心學員外出活動和出診用。大家不妨留意一下路面，可能中心車就在你旁邊呢！



# SQS資訊



## 標準 6

服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。

服務單位應制訂適當的工作計劃並記錄在案，作為其運作的指引及評估本身表現的基準。

服務單位備有政策和程序以收集及回應服務使用者、職員及其他關注的人士對其表現所提供的意見，而該政策及程序可供他們閱覽。



個案社工、護士/保健員和導師每年就學員的整體狀況作出評估，然後邀請家人出席年度個案檢討會議，以收集反饋並制訂來年照顧計劃。

服務項目	滿意	滿意	滿意	滿意
1. 服務態度	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 服務內容	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 服務時間	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 服務地點	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 服務設施	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 服務人員	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 服務費用	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 服務環境	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 服務資訊	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 服務成效	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

中心每年向學員家人發出服務滿意調查問卷，收集大家對中心服務的意見。

# 醫護資訊：心血管疾病概覽

**心血管疾病**是一組心臟和血管疾患。主要心血管疾病類別包括高血壓、心臟病（例如冠心病、風濕性心臟病和先天性心臟病）、中風、外周血管疾病、深靜脈血栓及肺栓塞。

現今已識別出多種可改變及不可改變的心血管疾病風險因素。這些風險因素可單獨導致心血管疾病、或結合一起對心血管疾病風險產生協同效應。當一個人擁有越多風險因素，出現心血管事故的風險就越高。在亞洲，最具影響力而又可改變的心血管疾病風險因素包括血壓高、吸煙、患有糖尿病和血膽固醇過高。超重及肥胖也是導致心血管疾病的一個主要因素。更重要的是，心血管疾病風險因素群集的情況常見於亞洲人口中。

心血管疾病在香港仍然是一個重要的公共衛生課題。於二零一七年，心血管疾病的登記死亡個案有 9786 宗，或每五宗死亡個案中便約有一宗。於二零零八年至二零一七年期間，政府統計處進行的主題性住戶統計調查顯示經西醫診斷患有高血壓、心臟病和中風的人數，分別上升了 55%、21% 和 13%。此外，衛生署二零一四至二零一五年度人口健康調查估算，在未來十年，每 1000 名 30 至 74 歲的人士中，可能有 106 名人士患上心血管疾病。

於二零一八年五月，政府推出《邁向 2025：香港非傳染病防控策略及行動計劃》和發表了須在二零二五年或之前實現的 9 項目標，而所有目標均與防控心血管疾病有關。政府會加強各級醫療體系建設，尤其是提倡家庭醫生模式為基礎的全面基層醫療服務，以預防、及早發現和管理心血管疾病；根據科學及臨牀實證，定期覆驗和更新藥物名單及臨牀指引，確保病人可於各公立醫院及診所內，獲公平處方具成本效益並經證實為安全有效的藥物與療程，以便治療心血管疾病；以及舉辦大規模和有系統的健康宣傳活動，以提高公眾的健康素養。

於個人方面，我們可透過選擇健康生活模式，為對抗心血管疾病作出貢獻。這包括：

奉行有益心臟健康的飲食，以低飽和脂肪及低反式脂肪、低鹽和低糖，以及含豐富蔬果和全穀物類為主；

經常進行體能活動；

維持健康的體重及腰圍；

不吸煙；

不飲酒。



請注意，對於酒精可以強心的說法仍然存在爭議。加上酒精是致癌物，不應考慮以酒來護心。

參考資料：衛生署網頁 [https://www.change4health.gov.hk/tc/whats\\_new/health\\_watch/20181029.html](https://www.change4health.gov.hk/tc/whats_new/health_watch/20181029.html)

## 滋補湯水篇(由蔡珍女家長提供)

### 五指毛桃湯

五指毛桃又叫做南芪，性味溫和，有健脾益氣功效；牛大力性平味甘，有補虛潤肺、化痰止咳、強筋活絡的功效。

#### 材料：

牛大力 1 兩      五指毛桃半兩      赤小豆適量      粉葛 1 斤  
薑 2 片      瘦肉 1 斤

#### 做法：

1. 瘦肉汆水；粉葛削皮切塊；其餘食材先浸水半小時，瀝水備用。
2. 所有材料放鍋，9 碗水煲至 4 碗水，約 1 小時 30 分鐘，下鹽調味。

**注意：**湯水需配合體質飲用，詳情請查詢註冊中醫。

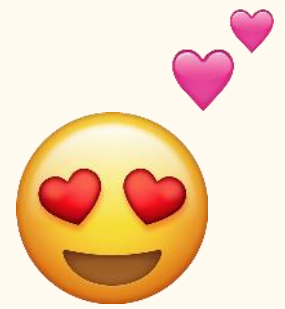




NEW!

# 服務新知

中心獲社會福利署獎券基金撥款購置1部14座〔包含4個輪椅位〕中心車，已全面投入服務了！



- 使用升降板時，應注意之安全指引：
1. 只允許指定人士操作升降板。
  2. 打開升降板上之車門並將其固定，確保車身周圍內無障礙物方可啟動升降板。
  3. 無論升降板在升降時的狀況，輪胎及機件均應保持面向車身之正確方向。
  4. 操作員應站立於輪椅後方。
  5. 升降板未固定，切勿試駕上落。
  6. 使用時，應確保車輛已停定及拉上手掣。
  7. 應避免於斜坡或不平坦之路面上使用升降板，否則將導致，則應將車輛調頭沿坡向下山方向。



## 家庭友善僱主獎勵計劃

中心於 2018 年 12 月 8 日再獲香港特別行政區家庭議會頒發「家庭友善僱主」嘉許狀。





# 保良局140周年服務巡禮 (維多利亞公園)

假維園舉行的「保良局 140 周年服務巡禮」已於 21/10/2018(日)盛大舉行。全賴一眾職、學員和義工的支持、協助，本中心順利於活動中推行「環『保』投球樂」攤位遊戲，與社區人士分享局方服務社群 140 載的喜悅。活動當日參加者熙來攘往、熱鬧非常，而中心學員亦在摯友社義工的陪同下到場參與盛事，觀看精彩的表演和參與多元化的攤位活動，度過愉快的週末！



## ★ 天星碼頭展銷活動 (尖沙咀天星碼頭)



24.11.2018



# 健障同心關懷弱能人士贊助計劃 多元體藝體驗小組

獲局方「健障同心關懷弱能人士贊助計劃」資助的3個多元體藝體驗小組於11/2018正式開展。28名受惠學員分別參與音樂治療、快樂椅子舞及精叻操小組，透過運用樂器、參與治療性健身運動及社交認知遊戲發揮興趣/潛能，並從而提昇四肢協調能力、活動能力及社交能力，促進身心靈健康。

## 音樂治療小組



## 快樂椅子舞小組



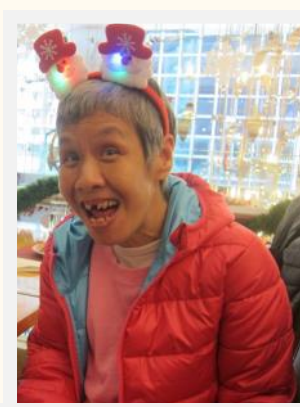
## 精叻操小組





# 12.12.2018 共渡聖誕聚餐樂

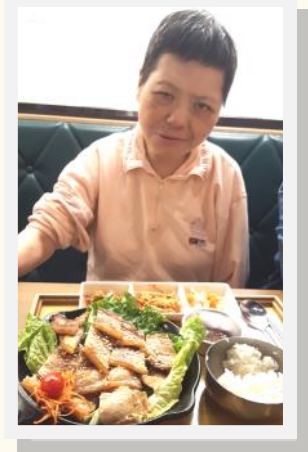
(共沙咀龍堡國際)



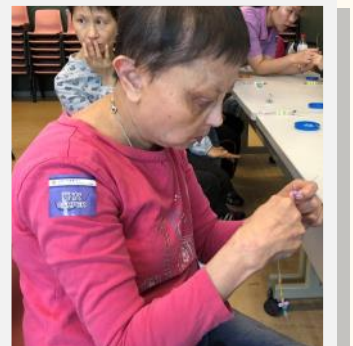


# 10.10.2018 秋意樂在超級城 (大埔超級城)

# 活動



# 24.10.2018 秋日遊 (西貢戶外康樂中心)





花如 日



7.11.2018  
錦田圍村美味遊  
(錦田吉慶圍)



20.11.2018 大館風雲 (中環大館)



5.12.2018

暢遊麥禮賢夫人藝術館  
(銅鑼灣麥禮賢夫人藝術館)





✧ ✧ ✧ ✧ ✧ 義工活動 We ♥ Volunteers

19.10.2018 基督教國際學校探訪本中心



17.11.2018 自在社到訪為中心學員表演魔術



21.12.2018 保良局蔡繼有學校探訪本中心





# 中心新力軍



5/10/2018

護理員馮書琴到職



16/10/2018

庶務員胡玉蘭到職



18/10/2018

活動助理劉翰恩到職



12/11/2018

導師林惠梅到職



13/11/2018

護理員陳蓓到職



## 活動預告

### 1 月

- 6/1/2019 綜合遊戲大賽 (摯友社活動)
- 9/1/2019 齊參與綠在沙田 (紅組午膳)
- 20/1/2019 七彩人生 (摯友社活動)
- 23/1/2019 燒烤樂 2019 (大型活動)

### 2 月

- 1/2/2019 慶祝農曆新年室內活動
- 10/2/2019 新年之美點雙輝 (摯友社活動)
- 15/2/2019 義工小隊探訪
- 20/2/2019 轉廢為能齊體驗 (綠組午膳)
- 20/2/2019 金豬春茗 (大型活動)
- 24/2/2019 遊戲王 (摯友社活動)



### 3 月

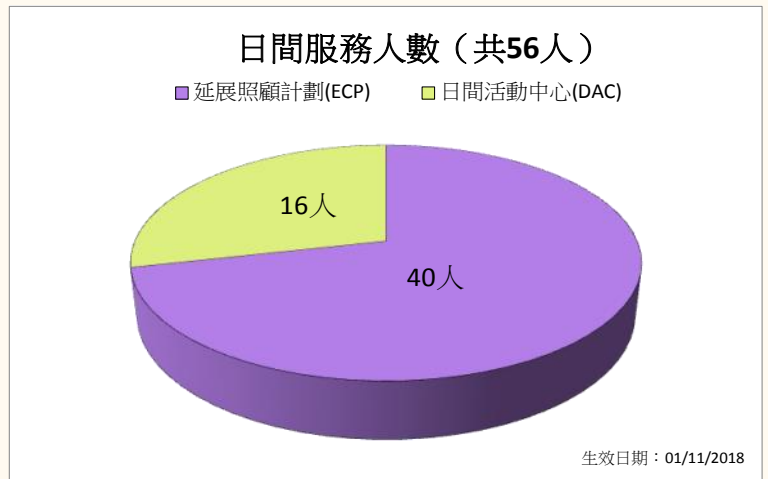
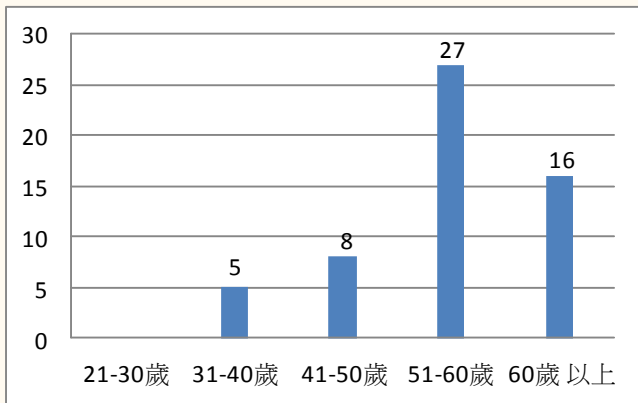
- 3/3/2019 摯友社外出活動
- 6/3/2019 藍組午膳
- 17/3/2019 1-3 月開心生日會 (摯友社活動)
- 20/3/2019 花展 (大型活動)



# 服務概況

2018年10-12月

■ 人數 學員年齡分佈(共56人)



**收額情況** 截至 12/2018 止，中心入住率為 100%；12 月日間部之出席率為 96.88%；  
12 月 ECP 服務之登記率為 100%；12 月住宿部之出席率為 94.30%。

## 日間暫顧服務

月份	人次	時數
10-12	19	1123

## 住宿暫顧服務

月份	人次	住宿(天)
10-12	5	51

## 各項活動

項目	人次
戶外活動	270
室內活動	2603
義工活動	379

## 每月學員外診及專業到診統計

項目	10月	11月	12月
外展精神科(ORT)	0	14	0
到診註冊醫生(VMP)	8	70	28
專科覆診	25	13	24
普通科覆診	16	2	3
急症	2	1	1
入院	1	0	3

## 專業治療服務

	到訪次數	人次
臨床心理服務	3	7
職業治療服務	6.5	27
物理治療服務	28.5	113

## 意見反映

如對服務有任何意見或讚賞、鼓勵，歡迎與我們聯絡或來函，你的意見有助提升服務質素，令日後服務更完善。

## 加入義工行列

如社區人士不論團體或個人，有興趣加入義工行列，歡迎致電本中心 2605 6801 與馮映芬姑娘聯絡，我們期待著你的參與！

電郵地址：82hk@poleungkuk.org.hk  
電話：2605 6801

地址：沙田大圍顯徑邨顯沛樓地下  
傳真：2697 8929