



# 保良局八二顯徑中心

## 2018年4-6月季刊

### 21/6/2018特「飾」僂服日



# 目錄

編者的話	P.1
SQS 資訊	P.1
2017-2018 年度中心結業禮	P.2
保良局董事會成員巡視中心	P.3
攜手扶弱基金－「綠升級創作」	P.3
漁民樂	P.4
活動花絮	P5-P.6
團體義工探訪	P.7
海洋公園遊樂日(摯友社活動)	P.8
活動預告	P.8
醫護資訊	P.9
夏日湯水好介紹	P.9
中心新設備	P.10
職員培訓	P.10
中心新力軍	P.10
服務概況	P.11

# 編者的話

社工 宋惠玲

大家好！轉眼間又到六月了，炎炎夏日，大家進行戶外活動時，想必汗流浹背。大家記得要多飲水及做足防曬措施，避免中暑及身體不適。

本年度中心的服務主題為「樂齡生活在八二，綠色環保創未來」。中心會秉持主題，滿足學員不同年齡層的需要及提供多元化活動與訓練，讓學員擁有多姿多彩的豐盛生活。

首季度，中心會繼續推廣綠色生活，藉著攜手扶弱基金撥款的「綠升級創作」活動開展不同小組，包括「環保 Recycle 123」蝶古巴特拼貼、「布·手作」及「圓·作畫」等，加強學員廢物再造的意識，為環保出一分力。此外，亦感謝各家屬支持一年一度保良局特「飾」便服日，為配合 2018 年於俄羅斯舉辦世界杯，學員們化身為多國球迷為局方籌募善款。

精彩節目多不勝數，如欲了解更多中心活動資訊，便不能錯過今期的中心季刊了！



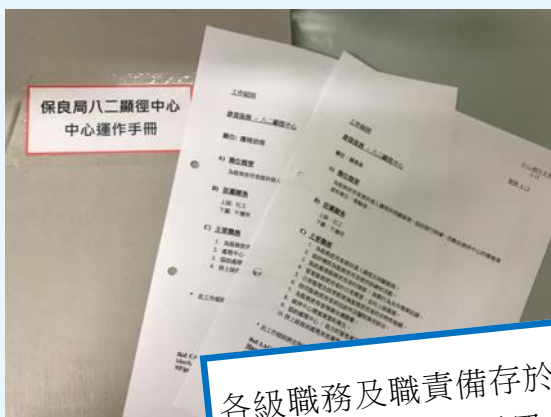
# SQS 資訊



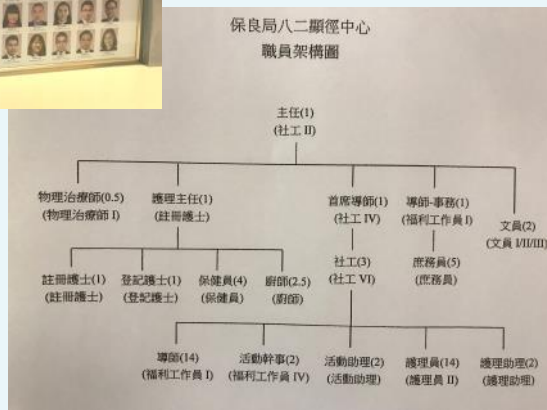
**標準 4**：所有職員、管理人員、管理委員會和／或理事會或其他決策組織的職務及責任 均有清楚的界定。



中心接待處及壁報板張貼有董事局及中心職員架構圖，顯示決策架構及問責關係。



各級職務及職責備存於服務質素標準文件檔及中心運作手冊，公眾人士可向中心職員借閱。



# 2017-2018年度中心結業禮

一年一度的中心結業禮已於 25/4/2018 順利完成，當日全體職、學員及家屬在中心聚首一堂，場面熱鬧。各參加者先在禮堂參加典禮，嘉許過去一年表現卓越的學員及組別。接著，一同欣賞服務及活動回顧片段，學員看到自己一年的努力及回想起快樂的時光均表現雀躍。最後，由導師面見家屬，講解學員在中心的訓練及日常起居照顧事宜等，加強家屬與中心的聯繫，務求協力為學員提供良好的服務質素。



# 2018年6月9日 保良局董事會成員巡視中心



Welcome



## 攜手扶弱基金-「綠升級創作」

5/2018-6/2018  
蝶古巴特環保Recycle123



# 23/5/2018 漁民樂

《救世軍三門仔社區發展計劃》



16/5/2018妙法寺齋樂行

活動

(綠組午膳)



26/5/2018藝術夢追尋  
(由東華三院賽馬會展誠日間  
活動中心暨宿舍於香港理工大  
學蔣震劇院舉辦的才藝表演)



# 花絮

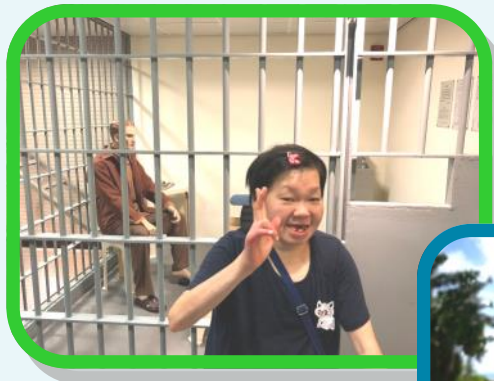
20/6/2018懷舊風貌耀逸東

(藍組午膳)



27/6/2018

樂遊赤柱懲教博物館



# 團體義工探訪

5/5/2018及2/6/2018

保良局唐乃勤初中書院到訪





24/6/2018

# 海洋公園遊樂日《摯友社活動》



## 活動預告



### 7 月

- 15/7/2018 繽紛拓印畫  
(摯友社室內活動)
- 26/7/2018 合我味道(大型活動)  
(原定 25/7/2018 舉行)
- 27/7/2018 紅組午膳  
(原定 11/7/2018 舉行)
- 29/7/2018 遊戲大本營  
(摯友社室內活動)

### 8 月

- 8/8/2018 綠組午膳
- 12/8/2018 玩·樂  
(摯友社室內活動)
- 22/8/2018 大型活動
- 22/8/2018 義工探訪
- 26/8/2018 開心 cooking2018  
(摯友社室內活動)

### 9 月

- 5/9/2018 藍組午膳
- 9/9/2018 科學館探知  
(摯友社室內活動)
- 21/9/2018 慶祝中秋節室內活動
- 23/9/2018 7-9 月生日快樂派對  
(摯友社室內活動)
- 26/9/2018 大型活動



# 醫護資訊-認知障礙症

認知障礙症是因大腦神經細胞病變而引致大腦功能衰退的疾病，患者的記憶、理解、語言、學習、計算和判斷能力都會受影響，部分且會有情緒、行為及感覺等方面的變化。衛生署長者健康服務聯同中文大學醫學院精神科學系於 2005/06 的研究顯示，70 歲以上的長者中，約有 9.3% 患有認知障礙症，男性的患病比率為 8.9%，女性則為 15.3%。

## 病因可分為三大類：

1. 阿茲海默症 - 成因未明，可能與遺傳有關。
2. 血管性認知障礙症 - 因多次輕微中風令腦部受損而成。
3. 其他會令患者有認知障礙症病徵的情況 - 腦積水、腦部感染、甲狀腺分泌不足、藥物中毒及抑鬱症等。

## 徵狀：

早期：近期記憶力衰退，思考能力減低。

中期：情緒不穩，容易動怒，日夜顛倒，四處走動，日常生活需要家人協助。

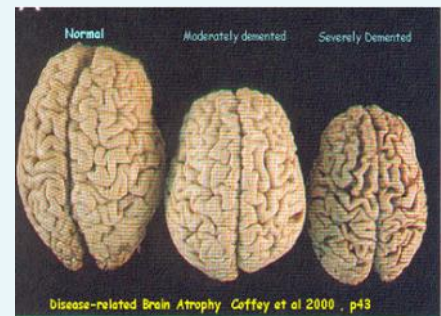
晚期：無法認出家人、大小便失禁、說話和理解力遲鈍、完全喪失自我照顧能力。

## 處理手法：

1. 如有認知障礙症的病徵，應儘早請教醫生。
2. 藥物可改善早期患者的記憶力和減輕病徵，一些行為問題亦可通過治療去改善，但暫未有根治阿茲海默症及血管性認知障礙症的方法。
3. 患者可接受心理及行為治療。
4. 患者家人可以參加認知障礙症家屬支援小組，學習照顧患者的技巧，及透過彼此分享經驗，減低因照顧患者而帶來的焦慮與壓力。

## 護腦貼士：

1. 定時進餐、維持均衡飲食、注意體重、血壓、營養、血糖及膽固醇
2. 養成充足睡眠的習慣，注重規律運動
3. 保持心境開朗，放鬆心情、維持社交活動
4. 常用腦袋、保護大腦免受外來撞擊
5. 遠離煙酒



參考資料: 衛生署長者健康服務 <http://www.elderly.gov.hk>

## 夏日湯水好介紹(由鍾健兒家長提供)

### 勝瓜咸蛋肉片湯

所謂不時不食，夏天的勝瓜(又名絲瓜)條條都肥肥大大又清甜，加上有清熱化痰、涼血解毒功能，不論用它來煲老火湯或滾湯也很受歡迎。

3-4 人份量材料：勝瓜 2 條、瘦肉半斤、咸蛋 1 隻、薑片

做法：

1. 瘦肉切片用醃料略醃 30 分鐘。
2. 刨去勝瓜邊的硬皮，以滾刀方式切成大塊，洗淨用水浸泡備用。
3. 水煮滾後，先放入薑片及勝瓜煮 5 分鐘，再加入肉片及咸蛋。
4. 待滾後熄火，加鹽調味即成。



# 中心新設備



平衡軟墊(Aeromat Balance Beam Set)：  
鍛鍊學員平衡力，減低跌倒機會。

## 職員培訓

31/5/2018 紅十字會「五星健康五星家」  
社區健康教育計劃講座-防跌不倒翁



25/5/2018 及 7/6/2018  
疾控感染講座



14/6/2018 餵食技巧及  
口肌訓練工作坊

## 新力軍



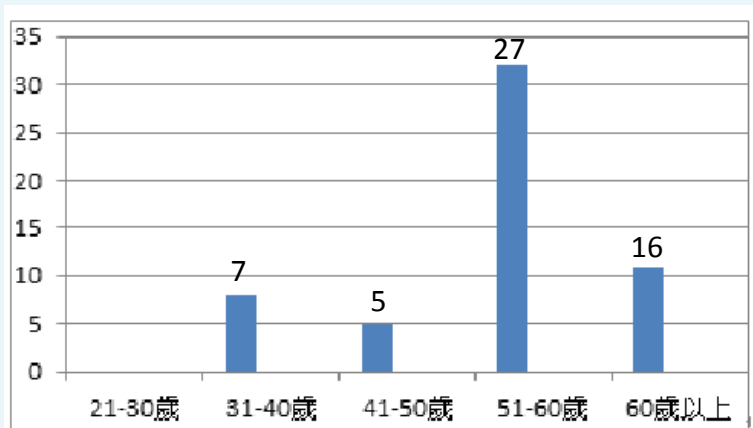
護理員黃惠玲 9/4/2018 到職



# 服務概況

2018年4-6月

■ 人數 學員年齡分佈(共 55 人)



## 收額情況

截至 6/2018 止，中心入住率為：

6月日間部之出席率為 95.63%；

6月 ECP 服務之登記率為 100%；

6月住宿部之出席率為 94.95%。

## 日間暫顧服務

月份	人次	時數
4-6	13	203

## 住宿暫顧服務

月份	人次	住宿(天)
4-6	6	40

## 各項活動

項目	人次
戶外活動	304
室內活動	2837
義工活動	364

## 每月學員外診及專業到診統計

項目	4月	5月	6月
外展精神科(ORT)	0	0	0
到診註冊醫生(VMP)	19	19	19
專科覆診	20	29	25
普通科覆診	4	4	5
急症	0	2	1
入院	2	1	2

## 專業治療服務

	到訪次數	人次
臨床心理服務	3	5
職業治療服務	4	28
物理治療服務	43	205

## 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