



保良局  
PO LEUNG KUK

保良局地區支援中心 (沙田)



季訊

2021年7月至9月

Hello  
SUMMER



# 目錄

1	中心服務介紹	18 - 20	2021年暑期暫顧系列~奇趣天地
2	報名須知	21 - 22	2021年暑期活動系列~主題活動
3 - 4	中心資訊站	23	2021年暑期活動報名表
5	服務質素標準(SQS)簡介	24	回郵信封(暑期活動)
6	中心會員統計	25	社區教育及義工服務
7 - 9	活動回顧及花絮	26	中心其他服務介紹
10	中心訓練服務(跳躍教室)	27	專題介紹
11 - 12	嚴重殘疾人士日間照顧服務	28	WhatsApp廣播同意書
13	專職醫療服務	29	惡劣天氣安排
14	中心暫顧服務		
15	週六興趣班系列~ 2021年7-9月(持續課程)		
16	2021年暑期暫顧/ 活動安排		
17	2021年暑期活動報名流程		

## 意見發表途徑

歡迎各位對本服務提供意見，  
方法如下：

1. 郵寄意見到本中心
2. 使用資源中心的意見箱
3. 向職員/中心主任反映

## 中心服務介紹

### ● 服務目標：

透過一站式及綜合服務模式，為區內殘疾人士及其照顧者，提供訓練、照顧及各項支援服務，強化社區生活技能，協助他們融入社區。

### ● 服務對象：

殘疾人士及其照顧者(居住於沙田及馬鞍山區優先)

### ● 服務內容：

- 日間訓練服務(中心/家居)
- 嚴重殘疾人士日間照顧服務
- 個人成長及發展服務
- 個案管理服務
- 中心暫顧服務
- 家居暫顧及支援服務
- 專職醫療服務
- 社交康樂活動
- 社區教育及義工服務
- 照顧者支援服務



## 報名須知

1. 參加者需先登記成為本中心會員，入會前請先預約社工安排面見，會員費每年\$21。
2. 參加者需持有中心**有效**會籍，以參與各項服務/活動報名。
3. 各項活動如沒有列明報名日期，即於活動舉行前一個月開始接受報名，以**先報先得**形式，請於留位後**五天內**繳交所有款項，否則參加活動資格將自動被取消。  
(興趣班持續課程及假期活動除外)
4. 長假期活動報名按報名流程，其他活動則可致電預留活動名額。
5. 繳費方法：可以現金或支票形式繳交；若以支票付款，請將支票劃線，抬頭為「保良局」/「Po Leung Kuk」；支票背後請自行填寫參加者姓名、電話及所報活動名稱。
6. 活動退款：
  - a) 若報名人數不足或因天氣關係而取消(詳見惡劣天氣安排)，參加者將獲通知有關活動退款或補堂安排。
  - b) 參加者可於**活動前兩星期**取消報名，惟只可退回50%已繳交費用。
  - c) 如需退款，請保留單據至活動完結，如單據遺失，家長須以書面申報原因，方可退款。
  - d) 如獲退款資格，請於接獲通知後**兩星期內**，憑**收據**於中心辦理退款手續，逾期作廢。
7. 請準時接送會員，若超時逾15分鐘，需以中心暫顧服務形式收費，每小時\$5.1；若活動舉行前或後需要中心暫顧服務，請**預早三日**通知當值職員，以便安排人手。
8. 如會員需職員協助按時派藥，藥物須為註冊西醫提供，藥袋需註明藥物成份、有效日期及服用時間。
9. 會員若遇意外受傷，中心會將其送往就近公立醫院診治，家長獲通知後請立即前往跟進。
10. 活動中所拍攝之相片，有機會用作本局宣傳服務之用途。
11. 所有興趣班課程須全期繳費。
12. 若參加者為低收入家庭，可申請活動減費，並需於**活動前六星期**向社工查詢，提出申請。
13. 如有任何查詢，歡迎於辦公時間致電3749 9311與中心當值職員聯絡。

## 中心資訊站

### 會員續會

各位會員，你們的會籍是否到期了？請檢查一下。會籍有效期為續會月計一年，各會員可到資源中心辦理續會手續，會費\$21。謝謝大家支持本中心服務！

### 資料更新

如會員資料(地址、電話等)有更新，請於辦公時間通知中心。

### 中心資訊

#### 抗菌及抗病毒塗層

為保障服務使用者及職員的健康，本中心於2020年12月利用政府發放的防疫基金為全中心環境噴灑抗菌及抗病毒塗層，並在今年2月進行覆檢，效果十分滿意。除了顯示塗層有效外，亦有賴中心職員於開放時間每隔兩小時消毒全中心一次，以確保中心環境安全。



#### 熱能探測器

中心運用樂齡及康復劇科應用基金在中心大門口新添置了熱能探測器，方便、準確及高效篩選有病徵人士，以減低中心外來感染風險。



## 中心資訊站

### 新入職同事

#### 副主任 — 陳春燕

妳好，我是新到職的副主任陳姑娘，好高興能加入中心，讓大家一同享受中心的歡樂氣氛。



#### 社工 — 張嘉玉

大家好！我是新到職的社工張姑娘，好開心加入地中這個大家庭，期待疫情過後可以與會員及家長們見面，彼此認識。



#### 物理治療師 — 陳筱珊

大家好！我是新到職的物理治療師陳姑娘（Dilys），很高興可以加入保良局地區支援中心（沙田）這個大家庭！期待未來日子裡更了解大家，請大家多多指教！



#### 導師 — 陳斯敏

大家好，我是新到任導師陳斯敏（敏姑娘），從事殘疾人士宿舍十多年，好開心到保良局地區支援中心（沙田）成爲一份子，希望大家多多指教。



### 離職同事

職員	離職日期
導師謝曉慧(謝姑娘)	18/2/2021
主任李靜雯(李姑娘)	28/2/2021
社工陳曉盈(盈姑娘)	22/3/2021
助理導師關家華(關sir)	1/4/2021
助理導師陳銘希(銘姑娘)	9/4/2021

在此感謝大家過去爲中心服務，並祝他們身體健康！生活愉快！

## 服務質素標準 (SQS) 簡介

### 標準5 ~ 人力資源

服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。



### 標準6 ~ 計劃、評估及評估

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。

### 標準7 ~ 財政管理

服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。

### 標準8 ~ 法律責任

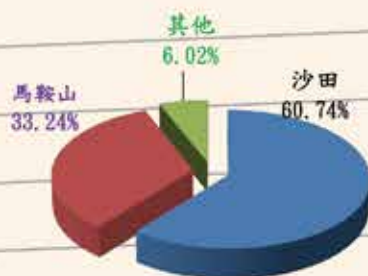
服務單位遵守一切有關的法律責任。



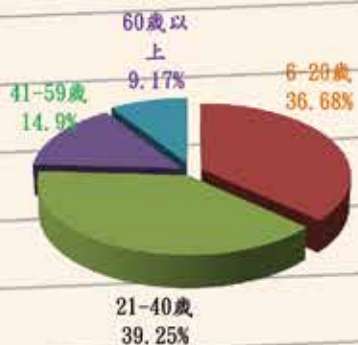
# 中心會員統計

## 會員統計

### 居住地區分佈



### 年齡分佈



### 男女比例



會員資料截至31/3/2021

# 活動回顧及花絮



我哋製作創意的  
荷蘭風車，多美麗！



# 活動回顧及花絮

## 1/2021 ~ 3/2021 小組回顧

香港疫情持續一整年，跳室感謝各會員和家長一年多的配合和體諒。第四波疫情漸漸減退，跳室的會員亦逐步增加，期望大家仍然奮勇抗疫，終有一日，跳室的所有導師和會員能夠除罩相見。會員加油！跳室加油！保良加油！



學願望明月，低頭飲fruit punch



我地就係，美甲四天王



小賣賣，食蛋糕



木棋比賽第一名，easy job

中心訓練服務  
跳躍教室

# 活動回顧及花絮

## 健達組 — 趣味閣

逢星期一至五下午，健達組均會舉行不同小組。星期五的「趣味閣」小組，讓會員從遊戲及製作手工的過程中，學習與其他會員的社交互動、提升會員耐性，並同時訓練小手指及手眼協調能力。



層層疊



手工製作

## 健樂組 — 週五鬆一鬆

逢星期五下午舉行「週五鬆一鬆」，讓會員認識及參與不同的桌上遊戲，從遊戲中鍛練思考及判斷，令會員能投入，並享受遊戲的過程。



擲飛鏢

嚴重殘疾人士  
日間照顧服務



對對碰



彈跳乒乓球

## 中心訓練服務 (跳躍教室)

**理念：**中心的日間訓練小組根據七大主要的發展元素(德性、智能、體能、社群、美藝、事業、情緒)作為全人發展的項目內容，讓會員訂立具體行動達致全人發展目標達至全人成長。

**時間：**星期一至五(上午 9:00 至 下午 5:00)

**對象：**適合程度至中度智障會員，情緒穩定及具備基本自理能力  
(必須未有接受任何機構之日間訓練服務)

**收費：**每節小組\$10 / 一季(中途加入之會員亦需收費)

**申請：**透過社工轉介或向跳躍教室社工報名

**內容：**工作及生涯規劃、肌肉及體能訓練、興趣及藝術發展、品格及生活自理、社交及情緒管理

**備註：**1).會員個別日子缺席不設補堂及退款  
2).若報名人數超過名額，將以抽籤形式處理

### 小組時間表

2021年6月28日至2021年9月30日

時間/星期	一	二	三	四	五
9:00-9:30	報章閱讀				
9:30-10:00	早操				
10:00-12:00	運動花樣多 摺紙方程式	生死之旅 柔力玩樂	一線圈 職場新鮮人	情緒學習班 樂歷人生	世界通。通世界 小小烘焙師
12:00-13:00	午膳				
13:00-14:00	午間閒情				
14:00-16:00	創出我事業 真色有你	跳室獎門人	拳變天下 STEAM	健康快樂人 青出於藍	Pom Pom 很有趣 樂「GO」
16:00-17:00	收拾及清潔				

\*如有任何查詢，歡迎致電與負責社工SIR聯絡

## 嚴重殘疾人士日間照顧服務

### 服務目的

為15 - 59歲智障老齡化或嚴重殘疾人士提供日間照顧，並按需要提供職業、物理、言語治療及護理服務、社交訓練、小組活動等，以舒緩照顧者的照顧壓力。

### 服務時間

星期一至五，上午九時至下午六時(公眾假期除外)

### 服務特色

#### 1. 專業團隊

由中心的護士、社工、職業治療師、物理治療師及言語治療師作全面專業評估，以了解服務使用者之需要

#### 2. 系統式訓練 / 照顧日程

除提供基本照顧外，跨專業團隊為每一名服務對象編定訓練 / 照顧日程，切合服務使用者個別需要

#### 3. 多元化訓練內容

關顧服務使用者之肌能、社交及閒暇發展，利用中心不同設施，設計不同訓練項目

### 申請方法

申請者需由社工轉介，如欲查詢服務，請致電與中心社工君姑娘聯絡

### 收費

每日：\$61(包午膳)

每月：\$1002(包午膳)



# 嚴重殘疾人士日間照顧服務

## 每天服務流程

### 健樂組 (適合嚴重殘疾人士)

時間	星期				
	一	二	三	四	五
9:00-11:00am	會員抵達中心及跟進會員健康情況				
11:00am-12:00nn	個別訓練 (第一節)				
12:00-1:00pm	午膳				
1:00-2:00pm	休閒時段				
2:00-3:00pm	個別訓練 (第二節)				社交小組
3:00-4:00pm	個別訓練 (第三節)				
4:00-6:00pm	休閒/執拾場地 / 會員上車離開中心				

### 健達組 (適合智障老齡化人士)

時間	星期				
	一	二	三	四	五
9:00-10:00am	會員抵達中心/時事知多啲				
10:00-10:30am	健體早操				
10:30am-12:00nn	個別訓練				
12:00-1:00pm	午膳 / 家務訓練				
1:00-2:00pm	休閒時段				
2:00-4:00pm	認知訓練小組	獨立生活訓練小組	烹飪小組/遊戲	運動小組	興趣小組
4:00-6:00pm	休閒 / 執拾場地 / 庶務訓練 / 會員上車離開中心				

# 專職醫療服務

## 臨床心理服務

臨床心理服務透過評估、諮詢及心理治療，幫助服務使用者改善其情緒行為，協助照顧者提升照顧自閉症人士的能力。

服務範圍：為自閉症人士及殘疾人士挑戰性行為提供諮詢、評估及策劃個別輔導，並提供照顧者支援。

服務時間：星期一至六 9:00am- 5:00pm

申請方法：申請者需經社工轉介，如欲查詢服務，可向當值社工/個案經理查詢

## 物理治療服務

物理治療是透過物理媒介和原理，配合應用生理、心理、病理和解剖科學，從而達到治療病患、恢復身體活動功能，提昇身體活動能力，改善日常生活或工作能力，提高生活質素。

服務範圍：肌能訓練、痛症治療、轉介及評估輔助器材之應用、家屬/照顧者的扶抱技巧評估及支援

## 職業治療服務

職業治療透過不同類型的活動及療程去增強及維持服務使用者的體能及心智功能，協助他們重返家庭、工作崗位及社區，促進獨立生活及改善生活素質。

服務範圍：認知能力訓練、自理能力訓練、社交溝通訓練、家居評估及改裝、維修治療器材、配置輔助工具

## 言語治療服務

言語治療透過專業標準化評估工具、臨床觀察和分析，為服務使用者評估能力和障礙程度。治療師會協助家長分析兒童的發展和需要，並透過訓練提升服務使用者言語溝通能力、吞嚥能力及社交能力。

服務範圍：言語溝通訓練、吞嚥能力評估、吞嚥能力訓練、社交能力評估及訓練

服務時間：星期一至五 9:00am- 5:00pm

申請方法：申請者需經社工轉介，如欲查詢服務，可向當值社工/個案經理查詢。

服務收費：中心免費；上門：\$52 / 45分鐘





# 中心暫顧服務

## 預約方法及收費安排

1.

每月1號 - 10號遞交下個月的「中心暫顧服務預約及訂餐表格」，請於表格中剔選需要訂餐的日子。

備註：1. 預約表格可提前向中心職員索取。  
2. 遞交方式：親臨中心、電郵、WhatsApp、微信、郵寄（如擔心寄失，可致電中心通知職員）  
3. 逾時者，有機會未能安排服務。

2.

職員於每月20號左右透過Whatsapp通知家長，確認中心暫顧服務

備註：如沒有Whatsapp，將改用微信或SMS通知。

3.

確認服務，並於月尾或之前繳交費用（包括中心暫顧及午膳費用）

備註：1. 如逾期繳交費用將自動取消服務；  
2. 如因確認服務延遲，交費日期也會根據情況延遲。

4.

使用中心暫顧服務

**收費 8 每小時\$5.1，逾時超過15分鐘，亦以一小時計算。**

### 注意事項：

- 如實際服務時間超出已預約時段，家長須即日繳交超時之中心暫顧費用。
- 如因私人理由需要就中心暫顧時間有任何變更，請聯絡負責社工黃Sir 或當值社工。
- 如因病以致未能使用服務而欲退款，必須提供病假紙或到診紙作證明，並帶同本局之正式收據到中心辦理手續。如因其他私人原因而未能出席，已預繳之費用（包括中心暫顧及午膳費用）將不獲退款。
- 如有緊急託管需要，可致電中心聯絡社工黃Sir / 當值社工。

查詢：3749 9311 (社工黃sir)

# 週六持續興趣班

2021年7月至2021年9月  
(持續課程)

(II)小組日期：2021年7月3、10、17、24、31日(星期六) 2021年9月4、11、18、25日(星期六)  
2021年8月7、14、21、28日(星期六)

	小組名稱	時間	內容	名額	收費	節數	導師	備註
半年課程	料理達人(II)	10:00am 至 11:15am	教4授簡單的烹調技巧，製作中西各國特色美食。	6人	\$455 (7-9月)	13節	中心導師	此為半年持續課程，4-6月參加者可持續參與7-9月之興趣班
	心靈花園(II)	11:15am 至 11:30am	透過植物及園藝活動，提升五感刺激，藉以改善身、心、靈的狀態。	6人	\$455 (7-9月)	13節	中心導師	
	伸展運動(II)	11:30am 至 12:45pm	隨著音樂做伸展運動，可提升身體的柔軟度，強化大小肌肉及增加肢體靈活度。	8人	\$715 (7-9月)	13節	專業運動教練	
	運動博士(II)	12:45pm 至 2:15pm	透過不同的肢體動作，可提升身體的協調，加強四肢的靈活性。	8人	\$455 (7-9月)	13節	中心導師	
	器械運動(II)	2:15pm 至 3:30pm	運用不同的健身器材來鍛煉身體肌肉，加強心肺功能，促進新陳代謝。	8人	\$715 (7-9月)	13節	專業運動教練	
	趣味木工(II)	3:30pm 至 5:00pm	學習製作趣味小手工，培養藝術興趣，刺激創意思維。	8人	\$780 (7-9月)	13節	資深手工班導師	
	小小畫室(II)	5:00pm 至 6:30pm	透過不同的作畫主題，運用不同性質的顏料，引導創作，提升聯想能力。	8人	\$910 (7-9月)	13節	資深畫班導師	
	非洲鼓樂(II)	6:30pm 至 8:00pm	非洲鼓音樂節拍感強烈，學習非洲簡短歌曲，配合擊鼓技巧，與他人對唱互動，提升子女對非洲鼓的興趣。	8人	\$910 (7-9月)	13節	資深非洲鼓導師	
一年課程	點感遊戲室(II)	8:00pm 至 9:30pm	透過不同電腦遊戲，提升手眼協調及社交技巧。	6人	\$455 (7-9月)	13節	中心導師	此為一年持續課程，4-6月參加者可持續參與7-9月之興趣班
	舞得出色(II)	2:15pm 至 3:30pm	課程主要教授爵士舞，配合節奏感鮮明的流行/爵士音樂編舞，從中能提升子女的手腳協調能力及節奏感。	10人	\$715 (7-9月)	13節	資深跳舞導師	
	閃耀醒獅(II)	3:30pm 至 5:00pm	教授基本的舞獅套路和鼓鼓擊技巧，認識醒獅的歷史，藉著合作學習及練習，更能提升子女的團隊意識。	10人	\$650 (7-9月)	13節	香港醒獅團教練	
	創意畫室(II)	5:00pm 至 6:30pm	按指定主題創作繪畫，學習進深的作畫技巧，適合有繪畫根基及對繪畫有興趣的會員報學。	4人	\$1300 (7-9月)	13節	資深畫班導師	

當參加者的課堂未能銜接，中心將根據家長的意願，為參加者安排午膳/中心暫顧服務。  
\*活動詳情或有更改，最新資料可參閱中心通告欄或聯絡中心職員。

# 2021年暑期暫顧/ 活動安排

## 主題活動

1. 復活節、聖誕節假期較短，可逐日剔選參與的日子，暑假則需報整個星期的活動，讓參加者在一個相對穩定的環境參與活動，減少因熟習陌生的環境及人而產生的情緒/行爲
2. 收表後，會由社工初步評估會員之能力/身體狀況是否合適參與
3. 第一輪報名將以抽籤分配名額
4. 餘下名額將於公開報名階段以先到先得形式分配

## 收費安排

- 長假期活動期間，中心暫顧服務收費與奇趣天地收費將一致，分別為：

**\$100/天 (包括：中心暫顧費、膳食費、活動費、茶點費)**

**\$50/半天 (9am-1pm / 1pm-5pm) (包括：中心暫顧費、膳食費、活動費、茶點費)**

(半天只適用於B組會員)

- 服務社工將按會員需要、情況及中心人手分配名額，以確保會員得到最適切的照顧。

## 奇趣天地

1. 復活節、聖誕節假期較短，可逐日剔選參與的日子，暑假則需報整個星期的活動，讓參加者在一個相對穩定的環境參與活動，減少因熟習陌生的環境及人而產生的情緒/行爲
2. 收表後，社會初步評估，按能力/身體情況/特性/需要把會員分為：  
A組(具基本自理能力，名額8個)  
B組(在流程上需較多支援，名額4個)
3. A組及B組分開進行抽籤
4. 餘下名額將於公開報名階段由社工按需要分配

# 2021年暑期 活動報名流程



1

## 親臨遞交報名表

6月5日(六)至6月12日(六)下午5時或

## Whatsapp/郵寄或傳真報名表

6月5日(六)至6月11日(五)下午5時

請各家長於報名時限內以上列方式繳交報名表格，並留意備註內容。

2

## 活動抽籤日

2021年6月16日(三)上午10:00

由家職會家長委員主持，亦歡迎其他家長蒞臨中心監票

(如受疫情影響，將由負責社工主持，中心主任監票)

3

## 繳費安排

2021年6月19日(六)至6月26日(六)親臨中心繳交活動費(現金/支票繳費)

\*如2021年6月26日(六)前未能繳交費用，則當作**自動放棄**，由**後補名單補上**

### 注意事項

\*不接受郵寄支票或櫃員機過數繳付活動費用

(如受疫情影響，中心是次將接受郵寄支票繳費。如有需要，請與服務社工協調有關安排)

4

## 公佈主題活動報名情況\*

2021年6月29日(二) \*抽籤後補名單有效期至6月28日(一)

5

## 公開接受主題活動報名

2021年6月30日(三)

以電話先到先得的方式致電留位(3749 9311)。

確認留位後，需於2日內親臨中心繳交活動費，**協助他人報名將不獲受理**

### 活動報名時注意事項

為了讓不同參加者有參與假期活動的機會，部份活動設報名額及參加活動限額。

報名名額：參加者可按喜好排列全部活動次序。惟每位會員最多可參加2項，如首選2項活動已中籤，其後暫不作考慮。

戶外活動：不設限額

於假期活動期間，如有緊急情況，需要中心暫顧服務請與社工黃Sir或當值社工聯絡，電話(3749 9311)





# 2021年暑期暫顧系列~ 奇趣天地

內容：每天上午設有不同主題的訓練或教育活動，下午則設有不同主題的小組，讓參加者度過一個充實有趣的假期。

特色：按會員能力分組進行活動，讓他們得到適切的照顧。

對象：6歲或以上會員 (特殊學校學生優先參加A1,A2,A3,A4,A5)

收費：\$100/日(包午膳)，\$50/半日(包午膳)

名額：12人-報名後，社工會根據參加者情況分為A組(名額8個)及B組(名額4個)，分開抽籤

備註：1. 請留意2021暑期活動報名流程(P.17)

2. 暑假期間中心星期一至五的中心暫顧服務將暫停，如有需要，可申請長假期暫顧服務

		19/7(一)	20/7(二)	21/7(三)	22/7(四)	23/7(五)
A1	9:00-9:45	早操				
	9:45-10:00	早會				
	10:00-10:45	大小肌運動	治療性小組	摺紙樂	社交先鋒	多元智能活動
	10:45-11:00	茶點時間				
	11:00-12:00	玩具小天地				
	12:00-13:00	午膳				
	13:00-14:00	電影欣賞				
	14:00-17:00	專注達人	拼貼樂	競技遊戲	自理訓練	桌遊派對樂
迪士尼劇場						



# 2021年暑期暫顧系列~ 奇趣天地



		26/7(一)	27/7(二)	28/7(三)	29/7(四)	30/7(五)
A2	9:00-9:45	早操				
	9:45-10:00	早會				
	10:00-10:45	大小肌運動	治療性小組	色彩藝術創作	社交先鋒	多元智能活動
	10:45-11:00	茶點時間				
	11:00-12:00	玩具小天地/感官鬆一鬆/音樂天地				
	12:00-13:00	午膳				
	14:00-17:00	集體遊戲	美味飯糰	歡樂摺一摺	自理訓練	歡樂Party
	茶點/迪士尼劇場					

		2/8(一)	3/8(二)	4/8(三)	5/8(四)	6/8(五)	
A3	9:00-9:45	早操					
	9:45-10:00	早會					
	10:00-10:45	大小肌運動	治療性小組	摺紙樂	社交先鋒	多元智能活動	
	10:45-11:00	茶點時間					
	11:00-12:00	玩具小天地/感官鬆一鬆/音樂天地					
	12:00-13:00	午膳					
	13:00-14:00	電影欣賞/感官鬆一鬆					
	14:00-17:00	桌上遊戲	美味冷麵	手工藝創造	自理訓練	快樂Party	
	茶點/迪士尼劇場						



# 2021年暑期暫顧系列~ 奇趣天地

		9/8(一)	10/8(二)	11/8(三)	12/8(四)	13/8(五)
A4	9:00-9:45	早操				
	9:45-10:00	早會				
	10:00-10:45	大小肌運動	治療性小組	社交遊戲	品德研學班	多元智能活動
	10:45-11:00	茶點時間				
	11:00-12:00	玩具小天地				
	12:00-13:00	午膳				
	13:00-14:00	電影欣賞				
	14:00-17:00	遊戲王	一動不動	小小演講家	自理訓練	桌遊派對樂 迪士尼劇場

		16/8(一)	17/8(二)	18/8(三)	19/8(四)	20/8(五)
A5	9:00-9:45	早操				
	9:45-10:00	早會				
	10:00-10:45	大小肌運動	治療性小組	競技遊戲	品德研學班	多元智能活動
	10:45-11:00	茶點時間				
	11:00-12:00	玩具小天地				
	12:00-13:00	午膳				
	13:00-14:00	電影欣賞				
	14:00-17:00	社交王	動手又動腦	小小運動家	自理訓練	暑假派對樂 茶點/迪士尼劇場

#奇趣天地之公園遊樂會視乎疫情及天氣情況而決定會否外出

\*活動詳情或有更改，最新資料可參閱中心通告欄或聯絡中心職員



# 2021年暑期活動系列~ 主題活動

## B1 香港夏日

對象：8歲或以上有自理能力之會員

(特殊學校學生優先)

時間：10:00am-4:00pm

地點：本中心/外出

收費：\$360/3日(包午膳)\*不接受郵寄支票或櫃員機過數繳付活動費用

名額：8人

備註：請留意2021年暑期活動報名流程(P.17)

日期	20/7(二)	21/7(三)	22/7(四)
上午	香港好去處	香港美食	香港歷史博物館(外出)
下午	創意手工藝	懷舊小食	香港文化博物館(外出)



## B2 動力夏日

對象：8歲或以上有自理能力之會員

(特殊學校學生優先)

時間：10:00am-4:00pm

地點：本中心/外出

收費：\$360/3日(包午膳)\*不接受郵寄支票或櫃員機過數繳付活動費用

名額：8人

備註：請留意2021年暑期活動報名流程(P.17)

日期	27/7(二)	28/7(三)	29/7(四)
上午	運動知多少	警隊博物館(外出)	集體遊戲
下午	運動家	茶具文物館(外出)	小食製作



## B3 環保夏日

對象：8歲或以上有自理能力之會員

(特殊學校學生優先)

時間：10:00am-4:00pm

地點：本中心/外出

收費：\$360/3日(包午膳)\*不接受郵寄支票或櫃員機過數繳付活動費用

名額：8人

備註：請留意2021年暑假活動報名流程(P.17)

日期	3/8(二)	4/8(三)	5/8(四)
上午	氣候變化博物館(外出)	環保知多點	環保低碳小食製作
下午	環境資源中心(外出)	環保手工製作	環保小派對



# 2021年暑期活動系列~ 主題活動

## B4 健康夏日

對象：8歲或以上有自理能力之會員  
 時間：10:00am-4:00pm  
 地點：本中心/外出  
 收費：\$360/3日(包午膳)\*不接受郵寄支票或櫃員機過數繳付活動費用  
 名額：8人  
 備註：請留意2021年暑期活動報名流程(P.17)

日期	10/8(二)	11/8(三)	12/8(四)
上午	健康飲食錦囊	科學館(外出)	健康小運動
下午	創意健康小食製作	衛生教育展覽(外出)	遊戲大派對

## B5 玩樂夏日

對象：8歲或以上有自理能力之會員  
 時間：10:00am-4:00pm  
 地點：本中心/外出  
 收費：\$360/3日(包午膳)\*不接受郵寄支票或櫃員機過數繳付活動費用  
 名額：8人  
 備註：請留意2021年暑期活動報名流程(P.17)

日期	17/8(二)	18/8(三)	19/8(四)
上午	電玩繽紛樂	電影資料館(外出)	球類總動員
下午	小食齊製作	香港文物探知館(外出)	暑假大派對

\*活動詳情或有更改，最新資料可參閱中心通告欄或聯絡中心職員

# 2021年暑期活動 報名表

1.請填上會員資料 / 2.請在選擇口上打✓ / 3.請為A, B活動填上選擇排序

會員姓名：	年齡	聯絡電話： <small>(能接受whatsApp通知)</small>	報名編號： <small>(僅供書用)</small>
會員號碼： <small>(請填緊聯絡員姓)</small>		家長簽署：	報名日期：

請為所選活動排序，1為首選，2、3、4為次選。  
 (暑假期間奇趣天地及主題活動更改為整個活動報名，A、B共10項活動，每位會員最多中兩項活動)

		活動系列	排序	活動日期	費用	備註	收費
暑期託管系列	(A) 奇趣天地	A1		19/7,20/7,21/7,22/7,23/7	\$500/5天口	(學額 P.18-20) 適用於 6歲以上會員 (僅供書用)	
		A2		26/7,27/7,28/7,29/7,30/7	\$500/5天口		
		A3		2/8,3/8,4/8,5/8,6/8	\$500/5天口		
		A4		9/8,10/8,11/8,12/8,13/8	\$500/5天口		
		A5		16/8,17/8,18/8,19/8,20/8	\$500/5天口		
暑期活動系列	(B) 主題活動	香港夏日		20/7, 21/7, 22/7	\$360/3天口	(學額 P.21-22) 適用於 8歲以上有自理能力會員 (僅供書用)	
		動力夏日		27/7, 28/7,29/7	\$360/3天口		
		環保夏日		3/8,4/8,5/8	\$360/3天口		
		健康夏日		10/8, 11/8,12/8	\$360/3天口		
		玩樂夏日		17/8, 18/8,19/8	\$360/3天口		

現金/支票:#		總收費:	
---------	--	------	--

請貼郵票

保良局地區支援中心(沙田)  
馬鞍山恆安邨恆海樓  
地下17-24號

[2021年暑期活動報名表]



## 社區教育及 義工服務

### 「生命·色彩」拼飾工作坊 活動花絮

適逢新年，香港傷健協會的導師於今年2月探訪中心，並與會員一起製作以新年為主題的拼飾相架，充滿節日氣氛。



香港傷健協會導師與會員開始製作新年拼飾物。



過程開心愉快，同導師影返張相先。



拼拼貼貼，會員用心製作中……

#### 義工招募

**內容：**大家可因應時間、興趣、專長等，參與本中心各類型之義工服務，為生活添上無限精彩。無論你曾否擔任義工，同樣歡迎你參與義工服務，大家可以親身到本中心登記成為義工(歡迎先行預約社工協助登記)。

**對象：**十五歲以上，對參與義務工作有興趣之人士  
**聯絡職員：**社工峰sir

以紅色不凋菊為新年主題既拼飾相架完成左喇！底下睇睇！



## 其他服務介紹

### 個案管理服務

**服務內容：**社工為個案進行評估，按其需要擬定計劃，透過輔導、服務轉介、連繫其他社區資源等的形式，提供適切的支援予個案。

**服務對象：**現時沒有任何社工跟進的殘疾人士

**收費：**全免

**申請方法：**致電/親臨申請或社工轉介

### 家居暫顧及支援服務

**服務內容：**為社區內有需要的殘疾人士提供接送及家居暫顧等服務

**服務時間：**按使用者需要

**服務對象：**區內殘疾人士

**收費：**\$33/小時

**申請方法：**經社工轉介/評估

### 中心車接送服務

**服務內容：**接送會員到中心接受服務

**服務時間：**星期一至五 9:00am - 6:00pm

**服務對象：**有需要之中心會員

**收費：**\$10/程

**申請方法：**經社工轉介/評估

### 熱線服務

**保良局康復支援熱線：**2699 9976 - 提供情緒輔導及服務查詢

## 專題介紹

### 中風小知識

物理治療師:陳筱珊姑娘

#### 中風簡介

- 分為腦血管「阻塞」及「爆裂」兩大類
- 因腦神經細胞缺少充足氧氣而受損，視乎腦部受損的區域及嚴重性，出現不同程度的症狀
- 若無法及時接受治療，可能會導致永久性的傷害

#### 中風症狀有甚麼？

1. 手腳局部感覺無力/麻木，例如一邊臉、一側肢體或身軀
2. 流口水、吞嚥困難
3. 言語障礙(包括閱讀、理解，或者書寫上程度不等的問題)
4. 視野障礙
5. 嘴歪、眼斜
6. 身體突然失去平衡能力，無故跌倒
7. 性格驟變、意識混亂、嗜睡、昏迷

#### 中風小先兆「\*把握黃金3小時\*」

← 牢記「談笑用兵」小口訣 →

談:觀察患者表達或說話有是否困難

笑:觀察面部表情是否兩邊不對稱

用:觀察患者四肢無力的情況

兵:請「救兵」!!即是要盡快召喚救護車，將患者送往醫院進行救治



#### 中風復健目的及各個醫療職系的角色:

##### 物理治療

- 拉動麻痺無力的肌肉以減少肌肉僵硬的現象
- 指導患者重新學習控制四肢和身軀
- 訓練肌肉耐力/平衡力/步行能力

##### 職業治療

- 評估日常生活功能(例:進食/穿衣/如廁等)
- 評估標準認知和記憶功能及感知功能
- 復康輔具的建議及訓練
- 家居評估服務

##### 言語治療

- 進行溝通評估
- 恢復語言理解及溝通能力
- 改善吞嚥困難(例如:食物濃稠度、制定合適的餐類等)

##### 心理

改善因功能障礙而對患者心理方面帶來的負面影響，以減少心理負擔

# WhatsApp廣播同意書

為加強溝通及更有效傳遞資訊，中心將優化傳遞流程，透過WhatsApp廣播傳輸功能，發放有關資訊或宣傳。

## 注意事項：

1. WhatsApp廣播主要用於資訊發放及活動宣傳。有關查詢及報名事宜，需要致電中心與當值職員聯絡。
2. 此非群組發放模式，閣下所提供的電話號碼將受到保密，而其他訊息接收者並不會知悉。
3. 閣下必須先儲存本中心WhatsApp電話號碼 **5490 9137** 到手機通訊錄內，才能接收相關資訊。
4. 若閣下日後拒絕再接收有關資訊，可從手機通訊錄內取消此號碼，或致電中心聯絡當值社工處理。

若閣下有興趣及願意以WhatsApp廣播傳輸途徑，接收中心發放的資訊，請儲存本中心WhatsApp電話號碼到手機通訊錄內，並向此號碼發一個短訊

「我是會員XXX / 會員XXX 照顧者，我希望加入WhatsApp廣播名單」，

中心將在核實資料後安排。



# 惡劣天氣安排

		 雷暴警告	 黃色暴雨	 紅色暴雨	 黑色暴雨	T1 一號風球	L3 三號風球	8 八號或以上風球
中心開放		●	●	●	✗	●	●	✗
上門: -訓練/治療 -家居暫顧	室內	●	●	●	✗	●	●▲	✗
	室外	☎	☎	✗	✗	●	✗	✗
中心: -日間訓練/ 照顧服務 -活動/治療 -興趣班	室內	●	●	✗@	✗@	●	✗▲	✗@
	室外	☎	☎	✗	✗	●	✗	✗
中心暫顧服務		●	●	●@	✗@	●	●▲	✗@
中心車接送服務#		●	●	✗	✗	●	☎	✗

● 如常舉行 ✗ 取消 ☎ 視乎情況，當值 / 負責社工決定是否繼續進行

## 注意事項：

- 1) 如於活動/服務開始前2小時，天文台發出/仍然懸掛三號或以上風球，紅色或黑色暴雨警告訊號，該活動/服務會取消，已繳付的費用可獲退回。
- 2) ▲如於小組/活動/照顧服務進行期間，天文台發出三號風球，小組/活動/照顧服務會繼續進行，家長可按需要提早接回服務使用者，惟已繳付的費用將不會退回。
- 3) @如於室內小組/活動/照顧/中心暫顧服務進行期間，
  - 天文台發出八號風球，家長需要盡快安排接回服務使用者，惟已繳付的費用將不會退回(中心暫顧服務另議)；
  - 天文台發出紅色或黑色暴雨警告訊號，服務使用者應繼續留在中心/安全地方，服務會繼續進行，家長可按需要接回服務使用者，惟已繳付的費用將不會退回(中心暫顧服務另議)。
- 4) # 如天文台於早上7時發出/仍然懸掛三號或以上風球，紅色或黑色暴雨警告訊號，中心車接送服務將全日暫停。
- 5) 如遇極端天氣狀況，當值/負責社工將按實際情況調整活動內容，有關安排將不另行通知。
- 6) 如有任何查詢，服務使用者/家長宜先致電予中心查詢。



Stamp



地址：馬鞍山恆安邨恆海樓地下17-24號

電話：3749 9311

Whatsapp：5490 9137 (只作服務查詢之用)

傳真：3741 2603

電郵：dscs@poleungkuk.org.hk

網址：<http://rehab.poleungkuk.org.hk/zh-hk/626/page.html>

印刷數量：1000本

印刷日期：5 / 2021



掃描QR Code

中心開放時間：上午9:00 - 下午7:00 (\*星期日及公眾假期休息)

星期一

星期二

星期三

星期四

星期五

星期六

星期日

