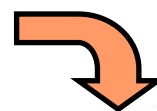




# 保良局劉陳小寶綜合復康中心

2018-2019 年 7 至 9 月第二季季刊



## 編者的話

秋高氣爽，最適合走到戶外享受一下暖暖的陽光。中心訓練也一樣，上午訓練時與學員到空中花園進行早操運動，鍛鍊肌能外，也可接觸柔和的陽光，對骨質健康也很有幫助。

今次就同大家分享一下中心的木工訓練。由導師先收集一些合適而被棄置的木工工藝的材料，再將材料分拆為有用的部份。接著教授學員將木條逐一釘裝，最終成為一件有用的傢俱——椅子。過程需要導師用心及耐心的教導，加上創意，才能與學員一起創作出又實用又可觀的作品。

就如中心的服務，有賴各位同工的用「心」經營及創意，悉心的照顧及關懷，為學員繼續帶來多樣化及愉快的生活體驗。

### AD/HD 孩子的 5 大用藥疑慮 part2

早兩期季刊分享過家長對用藥的 2 種疑慮, 以至未能讓孩子按醫生處方服藥, 今期我們繼續分享家長們其餘 3 大疑慮:

#### 3) 子女放假在家, 可以不用服藥嗎?

明白部份家長不希望孩子長期服用藥物, 認為越少服藥越好。但家長亦需明白即使不用工作, 孩子在家休息同樣需要保持專注力和穩定的情緒。因此如果自行停服藥物, 有機會未能好好控制症狀而出現情緒反彈, 到時不論對孩子或是照顧者同樣容易發生危險, 出現意外。

#### 4) 良藥苦口, 子女拒服如何是好?

服藥本身的確已經使人有抗拒感, 何況味道較苦的藥物呢。家長不妨可以嘗試用果汁, 或味道偏甜的飲品來送藥。亦可以考慮與醫生相討使用藥效較長的藥物, 每天只需服藥一次, 讓孩子比較容易服從服藥。

#### 5) 為何服藥後脾氣更暴躁?

當藥效減退時, 的確有可能會出現症狀反彈情況, 以致情緒變得暴躁。不妨與醫生相討使用藥效較長的藥物。讓孩子有較長的穩定時間學習或生活。即使出現症狀反彈, 狀況亦會比較輕微。當然若然希望達到最佳的治療效果, 就必須要配合孩子的生活作息習慣, 以及選用適當藥效的藥物。

資料來源: 09/04/2018 頭條日報: 香港醫院藥劑師學會





## 下肢肌力訓練

下肢肌力指雙腿包括臀部、大腿、小腿及足部的肌肉力量。強健的下肢能讓我們健步如飛、步履平穩，及對外界刺激作出迅速反應。相反，若果下肢軟弱乏力，不但影響步行耐力，站姿及步行時的穩定性，出現跌倒風險，同時亦會增加下肢關節的負荷，下肢容易疲倦或出現痛症。

下肢肌力不足的成因可基於先天或後天的疾病、長時間坐輪椅或臥床、或缺少針對性的肌力鍛鍊。以下為大家介紹中心學員常用的下肢肌力訓練。為保持學員對訓練的興趣及持久性，物理治療師一般會配合色彩繽紛的教具及生活化訓練目標，讓學員更易明白訓練的用處，從而培養運動及訓練的習慣。

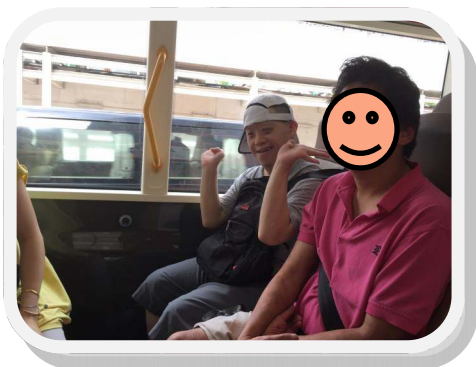


# 家長職員會

家屬義工活動 — 社區遊歷(III)

17/08/2018

當日活動由中心家長擔任義工，協助帶領學員乘搭巴士到了青衣城參觀加菲貓主題佈置及在商場遊覽，增加體驗社區生活的機會；活動中大家都表現投入愉快，輕輕鬆鬆遊玩了一天！







# 義工活動



## 15/08/2018 保良局賣旗日

一年一度的賣旗日又來了！學員在義工的帶領下，積極邀請途人買旗，成功籌得善款！藉著活動，義工及學員一同合作，更建立友誼！



## 06/07/2018 探訪活動 (潮陽百欣小學)

感謝潮陽百欣小學的親子義工來跟我們大玩特玩！當天除了玩集體遊戲外，亦一同製作小食，又有得玩又有得食，我地就最開心！

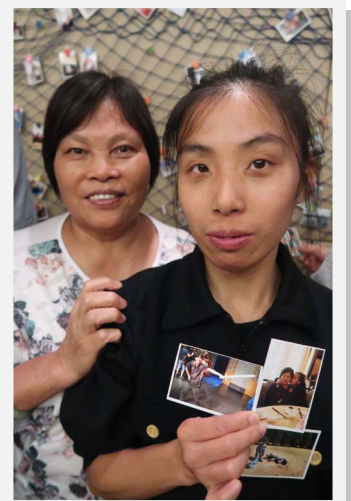




# 中心活動

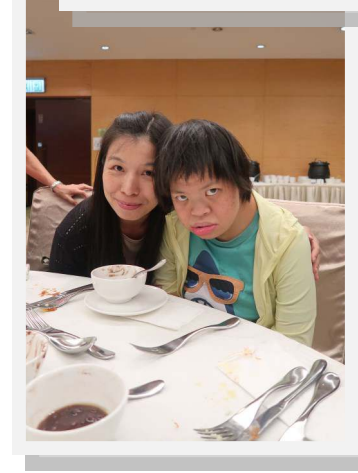


今年中心帶學員和家長到馬灣公園挪亞方舟舉行一年一度的家長日，除了品嚐豐富美味自助餐外，還派發學員的進度表，讓家長們了解學員過去一年學員的訓練及生活表現。





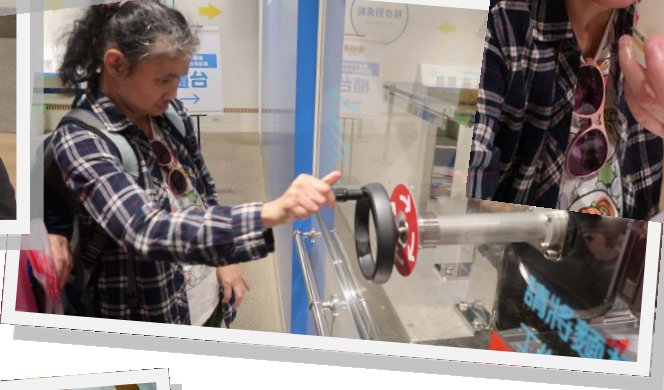
今年家長日的高潮是各個學員向至親表達謝意的時間，不論是一句「媽媽，謝謝你」、一個擁抱還是一個笑容，相信各位家長也深深被他們感動。





# 房間活動

# 參觀機場日清展覽館

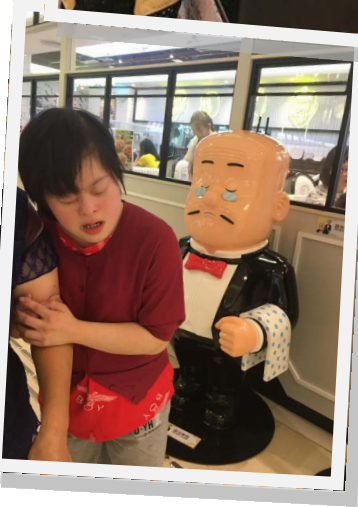
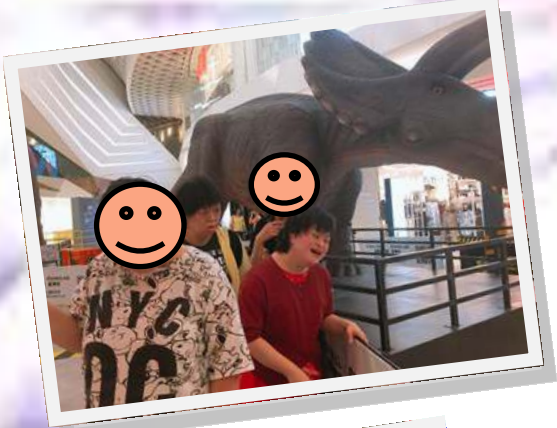


# 天水圍戲院欣賞電影





逛元朗 YOHO Mall 及於老夫子餐廳午膳



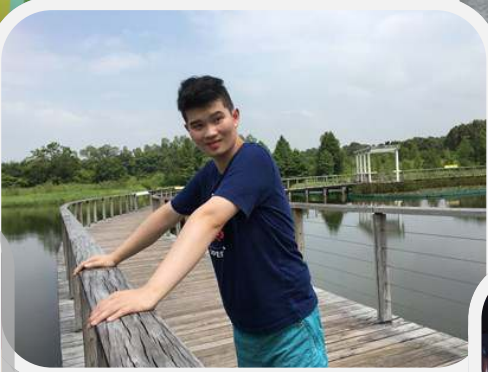
參觀尖沙咀太空館





# 房間活動

## 濕地公園享受大自然



無論去戶外的濕地公園；還是參觀室內的歷史博物館，學員們也是全情投入享受其中。

## 歷史博物館遊覽





# 荃灣廣場行街美食行



每季都會由導師安排進行房間活動，不論是在商場逛街，還是唱卡拉OK也會先與學員一起商量，讓學員有不同的選擇。

# 在 NEWWAY 唱卡拉 OK





# 元朗地區活動-懷舊小食工作坊



2018-2019 年度元朗區康復服務協調委員會社區教育小組籌辦一個名為「玩●樂●味●緣」共享社區計劃。中心為配合有關主題，推行了 2 節的懷舊小食工作坊活動。由中心義工廚師教授，中心學員及其他機構服務使用者一起參與去製作出 4 款精美可口的懷舊小食(包括有乾果米通、紫薯煎餅、叉燒腸粉及木瓜雪耳糖水)。各人於過程中都十分投入，對能夠親手製作出精緻的成品都十分滿意。

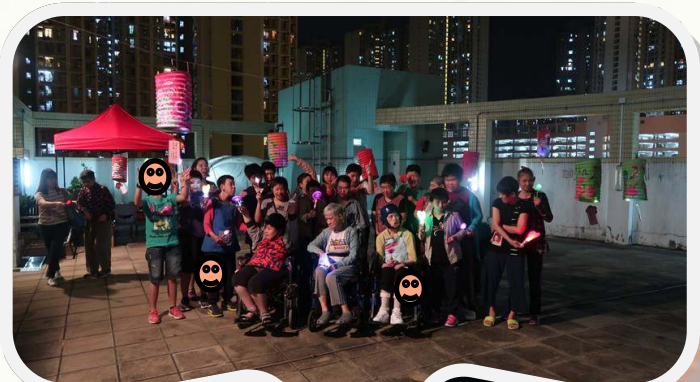




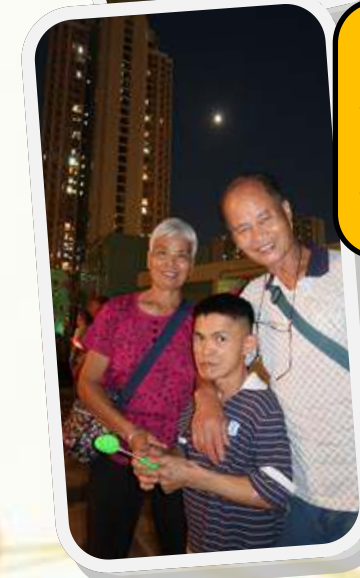
# 節日活動——中秋節



自製棉花糖，可以讓學員親身感受糖果製作，還可以立即品嚐。



除了自助餐外，中秋節當然要猜燈謎、賞月和大合照啦！





# SQS服務質素標準



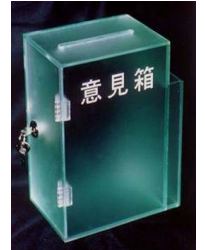
## 服務質素標準 5-8

### 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 ~ 計劃評估及收集意見

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、職員及其他關注的人士就服務單位的表現提出意見。



### 標準 7 ~ 財政管理

服務單位實行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。



## 新入職同事介紹



各位大家好，我係新入職的素怡姑娘，好高興認識大家，希望在中心可以跟大家健康快樂地生活。



Hi!大家好，我係保健員麗華，今年八月份入職，很開心能在保良局做事，服務各位活潑天真可愛的學員。得到上司指導和各同事的幫助，我一定會做好這份工。



大家好，我係護理員楊麗嫦，不知不覺來了幾個月，開始時有點不習慣，但現在覺得適應了。現在見到學員時覺得有一種親切感，在這裡很像一個大家庭。現在已掌握大部份工作，我會繼續努力去做。







# 暴雨及颱風訊號生效時中心日間訓練服務開放安排



天氣警告信號	日間訓練服務	注意事項
		
		1.應考慮地區雨勢及交通情況才決定是否讓服務使用者返回中心
		1.尚未離家的服務使用者，建議留在家中直至警告訊號除下 2.中心持續開放照顧已抵達中心的學員。
		
		
		1.如三號颱風在學員接受日間訓練期間懸掛，在安全情況下，單位會安排學員離開或由家人接回。
		

備註： 照常開放  暫停開放



\*在颱風或暴雨警告期間，如學員已抵達中心，中心會有職員如常照顧學員，直至學員可以安排離開中心。



(服務統計資料截至2018年9月30日)

# 接受服務人數統計表

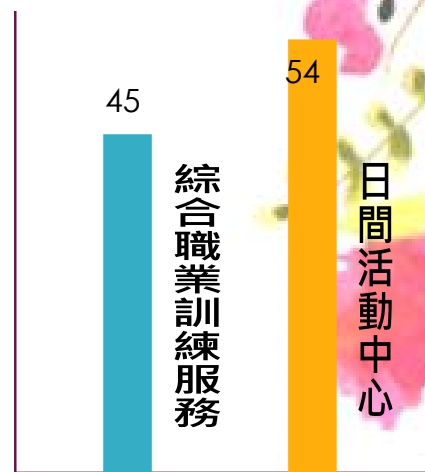
## 學員人數統計表



## 住宿照顧服務



## 日間訓練服務



歡迎學員、家長及各界人士就中心的服務發表意見。

來稿刊登與否，恕不發還。除運用此途徑外，亦可透過以下方法給予意見

- 中心的意見箱
- 致電中心 3525 0898 與中心經理聯絡
- 傳真至 3525 0882 或致函中心經理
- 致電總部 2277 8888 與保良局助理社會服務總幹事(康復服務)或社會服務總幹事聯絡

保良局劉陳小寶綜合復康中心

電話：3525 0898

傳真：3525 0882

電子郵箱：[tinyanirc@poleungkuk.org.hk](mailto:tinyanirc@poleungkuk.org.hk)

地址：天水圍天恩邨服務設施大樓五樓及六樓

印刷品

(殘疾人士院舍條例)豁免證書編號: C0902

督印人：經理/張宋銘

編輯小組：副經理/吳婉華、福利工作人員/蔡桂嬋