



保良局
PO LEUNG KUK



社會福利署資助服務

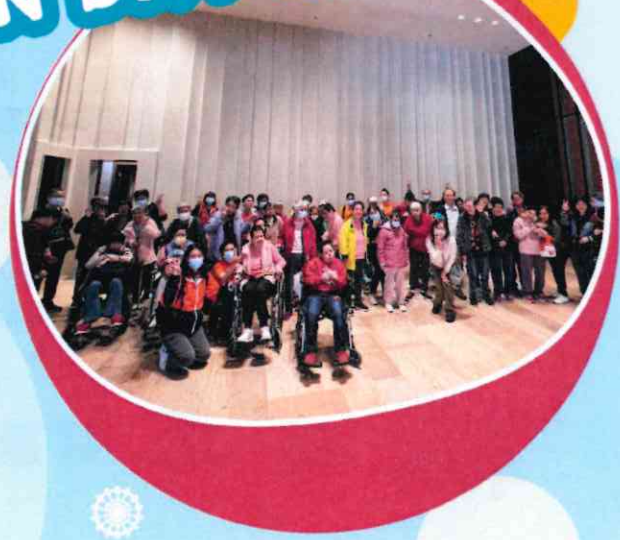
Subsidised Service by
the Social Welfare Department

李朝江伉儷紀念中心

2024年10-12月



Christmas
party
聖誕FUN DAY 2024



目錄

- P.1 目錄 + 經理的話
- P.2 醫護專題 - 智障人士藥劑師服務試驗計劃
- P.3 冬季關節痛症知多少
- P.4 SQS服務質素標準及中心資訊
- P.5-9 活動花絮
 - 10-12月 組別午膳
 - 《愛國 愛家 愛自己 - 慶祝國慶暨照顧者身心健康活動》
 - 斷捨離活動 - 未雨綢繆、人生畢業禮講座
 - 10-12月生日會
 - 學員歡送會
 - 義工活動
 - 聖誕FUN DAY 2024
 - 聖誕室內活動
 - 家長活動
 - 一點回味 - 流心軟餐
- P.10 活動預告及中心新力軍
- P.11 服務概況

經理的話



每年生日以往慣常不會在公司渡過，今年比較特別，我選擇與舍友及同事共同渡過。雖然工作忙碌，但十分開心及感恩，原來時間真飛逝，轉眼間不知不覺已入職了接近兩個月時間。

這段時間，認識了不同舍友、家長、義工和同事。在與他們相處時，都感受到他們的正能量和友善，在彼此互動影響下，就與一個大家庭一樣，彼此包容及互愛。在聖誕自助餐、義工感謝禮等的活動中，珍惜同舍友相處的時刻，期待新的一年裏可以舉辦更多精彩且豐富的活動，亦分配多一點參與其中。

在工作流程，將會有各項改善優化計劃，加強內部管理，確保各項工作有序進行。人手方面亦會因應各部門需要加聘人手以應付不同需要，並且加強員工培訓，提升員工的能力及綜合素質。

環境方面，著重整體院舍的優化，房間首階段的裝修工程項目已經完成，隨後會有次階段的優化計劃，包括更換全部鋁窗工程，期望舍友生活空間環境完全得到改善。

膳食方面，亦加入各式精美的軟餐，節日裏亦會為舍友預備盤菜、糖水，提高舍友食物上的滿足感，從而提升他們對院舍有更「家」的感覺。

新的一年，我們將面臨更多的挑戰，作為部門主管，我將帶領團隊更努力做好每一項工作，透過各方面完善計劃，調整以往做得不夠完美的地方，為未來的院舍邁向新一步。謝謝！



醫護專題

智障人士藥劑師服務試驗計劃

智障人士受著身心健康狀況影響，其處方藥物和多重用藥情況較一般人普遍，計劃將為智障人士提供藥劑師服務，期望透過協助智障人士適當使用藥物，維持和改善其健康及生活質素。計劃內容包括藥物檢視、諮詢服務、藥物培訓等，以提升員工、智障人士及其照顧者的藥物管理知識。



計劃獲香港醫院藥劑師學會提供專業顧問服務，學會安排藥劑師定期到訪服務單位進行藥物檢視、藥物諮詢、藥物培訓等，以提昇員工、智障人士及其照顧者的藥物管理知識。STOMP：全名為「停止過度使用精神科藥物於學習障礙、自閉症或兩者兼具的人士」(Stopping Over-Medication of people with a Learning Disability, Autism or Both)，由英國國民保健署 (NHS England) 所推行計劃。

STOMP 計劃目的：

旨在合理使用精神科藥物，減少對智障人士和自閉症人士不適當地使用精神科藥物，確保他們獲得適當的治療和支持，並定期及按需要由醫療團隊（包括醫生、護士和藥劑師）進行臨床診斷評估使用藥物份量及需要。服務有助提高服務對象的生活質素、減少不必要的藥物使用、減少副作用。通過心理或其他治療方法改善行為，並可能減少因不適當地使用精神科藥物而導致的住院和死亡風險智障人士。

處理行為和情緒的非藥物方法，必須結合心理療法或其他療法，以確保智障人士獲得全面的支持，包括：正向行為支持、藝術創作及音樂治療等，以應對處理挑戰性行為是非常重要、有效、安全的方法。

參考資料：香港公益

<https://www.commchest.org/tc/funding-allocations/services-and-projects/detail/827>



冬季關節痛症知多少 (物理治療師 梁浩倫)

冬天一來，關節就開始抗議，疼痛讓人懶得走動，結果肌力衰退、關節更卡，變成了惡性循環。你知道為什麼冷天關節會這樣嗎？

研究發現，天氣變化時，關節疼痛的機率竟然增加 20%！尤其是氣溫下降時，關節內的潤滑液分泌減少，讓活動變得僵硬不適。而陰雨潮濕的天氣則會讓關節腫脹，痛感加劇。低溫還會讓肌肉緊繃，讓你動得更不自在，疼痛更容易找上門。但為什麼舊傷或平常不舒服的地方總是最先抗議？研究發現，當氣溫下降時，我們對疼痛的忍受度會下降，特別是關節的冷痛和壓痛變得更敏感。而且，低溫會讓血管收縮，影響循環，降低修復能力，就容易引發發炎疼痛。

冷天大家都喜歡懶在家裡，這樣卻會讓疼痛找上門，更讓你想爬出被窩的勇氣都沒有！身體需要活動，長時間靜止會讓肌肉僵硬，血液循環也會變慢。保持活力，才能抵禦冷冬！

生活小錦囊

補充足夠水份	足夠保暖衣物	充足睡眠	控制體重
			

運動和舒緩痛症建議

	暖水袋熱敷 / 泡暖水澡	肌肉放鬆、血液循環改善	每天 1-3 次、每次 10-15 分鐘 如果是糖尿病患者或中風患者及循環異常（如雷諾氏症候群）的患者必須小心燙傷。
	適度運動	以緩慢與持續長時間運動最好，並選擇對關節低衝擊的運動。	健走，行走速度比平時走路再稍快一點，每天一次，每次持續 30 到 60 分鐘。
	曬太陽	有助改善炎症，提升睡眠品質，增加骨骼健康，增加活力，改善心理健康	建議在中午 11-13 時曬不多於 15 分鐘太陽，是人體獲得維生素 D 效率最佳時段

正確運動可緩解症狀，尤其冬天運動可讓身體熱起來，正確的運動不僅改善疼痛，也有助於緩解睡。運動前進行充分的暖身，並注意運動後的適當休息。運動因每個人狀況不一，若原本已有疼痛的病患或對身體狀況有疑慮的人士，運動前可先諮詢醫生或物理治療師，由專業人員根據個人狀況，提供適合的運動處方。

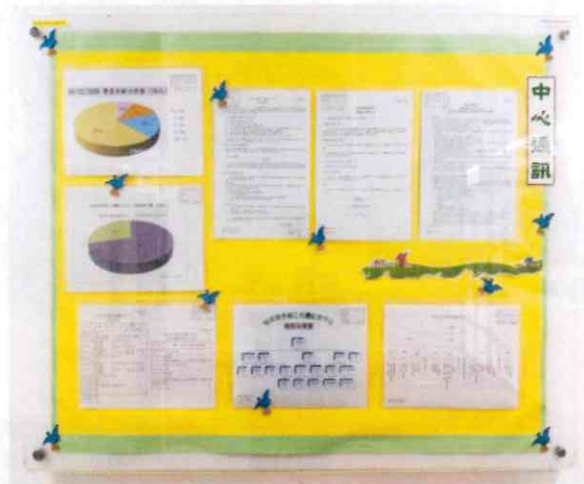
最後，提提大家，如受痛症困擾，請立即求醫，找出原因並接受適當治療。
祝大家聖誕及新年快樂，身體健康！！

SQS 資訊

標準 12：知情的選擇：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。

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。

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做出選擇及決定，而該政策及程序可供他們閱覽。



在中心壁報版上張貼服務單位的最新資訊供服務使用者閱覽

中心資訊

201 房已經完成裝修，翻新工程包括：

- 更換房門、廁所門、露台門
- 更換房間地板、衣櫃、牆身軟墊
- 牆身重新上漆
- 更換浴室大門、牆身鋪磚、防滑地板、坐廁、暖氣、抽氣扇、鏡、扶手



活動花絮



10-12月 組別午膳

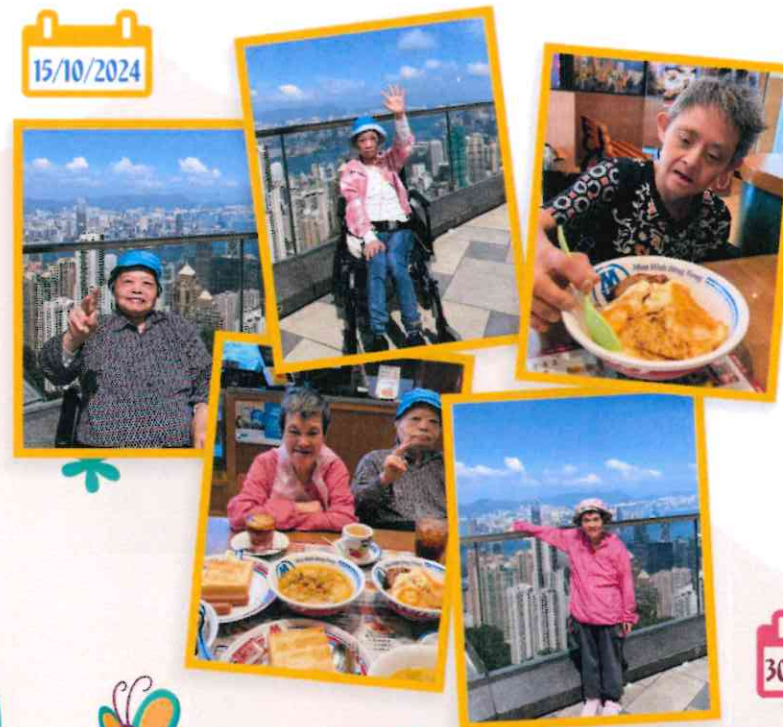
6/11/2024 舍友到曾大屋客家圍村參觀特色建築，並與圍村風貌景色拍照留念。



秋味共賞

到山頂凌霄閣居高臨下觀賞香港美麗景色，享受美好時光。

15/10/2024



21/10/2024



30/10/2024



故宮探秘

13/11/2024 及 20/11/2024 分批前往故宮文化博物館參觀，觀賞館內珍藏及博物館的特色建築，體驗充滿歷史氣息之旅。



愛國 愛家 愛自己 - 慶祝國慶暨照顧者身心健康活動

18/10/2024出席尖沙咀星薈酒樓國慶午宴活動，增強對國家的歸屬感和愛國精神，為照顧者提供放鬆和關懷的機會。



斷捨離活動

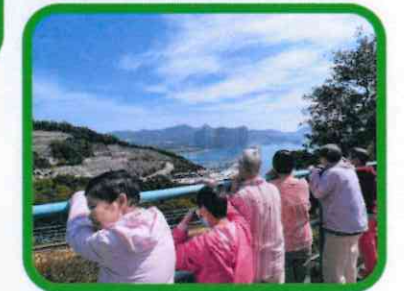
人生畢業禮講座

舍友參加人生畢業禮講座，認識預設照顧計劃，了解職員如何陪伴服務對象走過晚晴以及收聽個案分享。



未雨綢繆

透過參觀華永會墳場，認識及了解各種殯葬服務，以開放及正面的態度為殘疾人士提供生死教育服務及為他們作生前規劃。



10-12月生日會



10-12月生日的舍友一同切蛋糕慶祝生辰。



學員歡送會

舍友陳秀英於11月正式轉到其他院舍，臨別之際，一眾學員與秀英一同唱歌道別並拍照留念，懷緬美好歲月。



義工活動

摯友社義工分別於20/10、24/11及22/12
到中心與舍友同樂。



20/10/2024



24/11/2024



22/12/2024



義剪

自在社義工分別於24/10及19/12到中心
為全體舍友進行義剪。



聖誕FUN DAY 2024

本年度的聖誕自助餐於11/12/2024
在荃灣如心酒店順利舉辦。



聖誕室內活動

鄰近聖誕佳節，舍友們共同裝飾中心內的
聖誕樹，掛上吊飾、鋪好地毯，為中心添
上濃厚的節日氣氛。



家長活動

31/10及29/11的家長活動分別到慈
山寺及志蓮淨苑參觀並進行會議，匯
報中心最新資訊及了解家長意見。



一點回味 - 流心軟餐

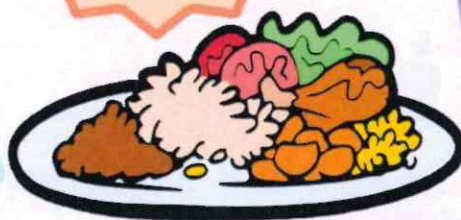


活動預告

外出午膳

8/1 A2 午膳
15/1 A3 午膳
22/1 A4 午膳
5/2 B1 午膳
12/2 B2 午膳

5/3
春茗



義工活動

18/1

2024-25 年度
義工感謝禮

26/1、23/2、16/3
義工活動

16/1、13/3
義剪

新力軍入職



經理 - 霍慧堅
2/12/2024 入職

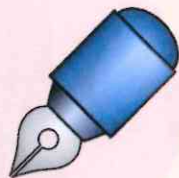


活動幹事 - 盧雄珍
9/12/2024 入職



登記護士 - 袁秋萍
10/12/2024 入職

服務概況



舍友年齡分佈



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	0	0
到診註冊醫生 (VMP)	18	37	41
專科覆診	28	27	20
普通科覆診	2	5	20
急症	2	2	2
入院	1	0	3
拆線/ 義肢矯形/物理治療	1	0	5

收額情況

截止 12/2024，中心入住率為100%
12月日間部之出席率為91.2%
12月ECP服務之登記率為100%

日間暫託服務

月份	人次	時數
10-12	0	0

各項活動

項目	人次
戶外活動	130
室內活動	52
義工活動	208

住宿暫託服務

月份	人次	日數
10-12	6	31

每月學員外診及專業到診統計

項目	到訪次數	人次
臨床心理服務	1.5	6
職業治療服務	12	109
物理治療服務	31	253
言語治療服務	6	35

義工招募



誠邀各家屬/監護人/公眾人士參與中心的義工服務。義工可就個人專長、興趣、及時間，協助中心的活動。

意見反映



如對服務有任何意見或讚賞或鼓勵，歡迎與我們聯絡，你的意見有助提升服務質素，令日後服務更臻完善。



電話：2605 6801 傳真：2697 8929

電郵地址：lck@poleungkuk.org.hk

督印人：經理 霍慧堅 編輯人：社工李心言

印製日期：2025年2月 印刷數量：30份

殘疾人士院舍牌照事務處檔號：D0169（已領有牌照）