

保良局劉陳小寶綜合復康中心



2013-2014年度4至6月份季刊





目 錄

編者的話	P. 2
綜合職業康復服務	P. 3
社區教育及支援服務	P. 4 – P. 5
義務工作發展活動	P. 6 – P. 7
活動剪影	P. 8 – P. 9
SQS服務質素標準	P. 10 – P. 11
家長職員會	P. 12
醫護資訊	P. 13 – P. 15
物理治療資訊	P. 16 – P. 17
活動快訊及人事動向	P. 18
服務統計資料	P. 19

編者的話：

不經不覺，四月份又是新年度的開始，回顧中心過去一年整體的發展，除積極地會全面作出總結及檢視外，另就著學員/家屬及各界人士提供之寶貴意見，中心已密鑼緊鼓，陸陸續續為學員開展新一季度的訓練，並已推行各式各樣的活動及服務。

今期季刊，將繼續介紹中心不同類型的資訊及服務內容，希望各界及社區人士，能鼎力支持及參與，共同締造優良服務，讓中心各方面服務更趨完善。

IVRSC綜合職業康復服務

導師:黃宇軒



學員製作的手工藝品

每逢星期六，工場都會進行一些週六活動，是次活動名稱為『回禮小禮物-布藝創作』。目的是將感恩正面元素融合於藝術，讓殘疾人士透過製作不同的手藝品，學習珍惜現有的一切，抱樂觀感恩的態度享受人生，並把這份精神宣揚到社區，感染他人培養感恩的心，互勵互勉。

做手工好開心呀！！



做手工藝我好鐘意！！



社區教育及支援服務

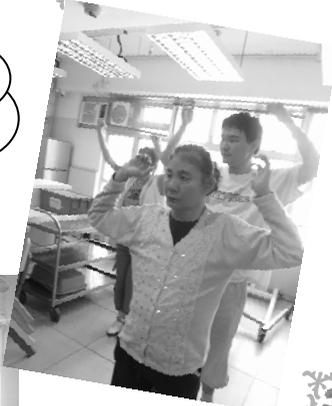
社工 黎芷玲

中心社區教育及支援服務定期舉辦小組活動予會員，於27/05/2013，中心與康文署合作舉行殘疾人士普及健體運動計劃，齊來做運動鍛鍊體能，舒展身心。

睇下以下相片花絮就知

我地玩得幾甘開心
心同投入啦!!!

毛巾操玩得好開心
呀!!



專業健體運動教練帶領下，
一眾學員均十分投入毛巾
操!



為使更多人認識弱能人士，中心與鄰近單位天澤職業服務中心合辦「」，活動於天水圍區科技創意小學舉行，有 69 位四至六年級學生參與其中合作製作多幅水墨畫。過程中他們互相合作及互相溝通，共同完成香港風景水墨畫，達到社區共融的效果。

中心職康服務學員擁有多方面不同的技能，畫水墨畫亦似模似



義務工作發展活動



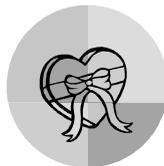
義工團體活動-美國銀行及德意志銀行

社工 馮少芬

企業義工團體-美國銀行企業義工分別於4月20日、5月18日及6月15日(星期六)早上到中心與中心學員製作美食(鮮果蛋卷)、手工藝(感恩卡)製作及到天暉體育館打乒乓球和參與集體遊戲。而德意志銀行企業義工於6月1日到中心教導學員製作三文治壽司。



義工用心教導學員製



活動中義工們細心指導中心的學員及帶領學員投入參與遊戲比賽，令學員開心度過週末和豐富學員的生活樂趣。另外，透過活動讓社區人士認識智障人士和中心服務，增加兩者之間的認識及融合相處，長遠有助達致和諧社會和傷健共融。



到天暉體育館活動，先來個熱身

再來一個集體遊戲-彩虹傘，做足熱身運動後先開始比賽遊戲



義工與學員一起合作完成砌圖，並做出相關動物的姿態/動作，再來合照便完成遊戲。義工和學員都表現投入參與當中。



活動剪影

4-6月份活動報告

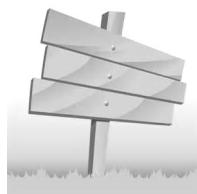
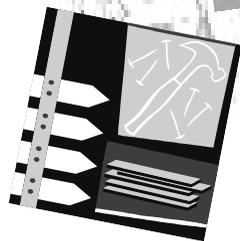
多元化的活動能讓學員學到訓練以外的技能和知識，接觸不同的事物，擴生活層面，更能融入社會。



房間活動 ~ 星花庭

導師：謝慧蘭

學員參觀林村許願樹，體驗傳統中國文！



房間活動 ~ 玫瑰庭

導師:黃小美

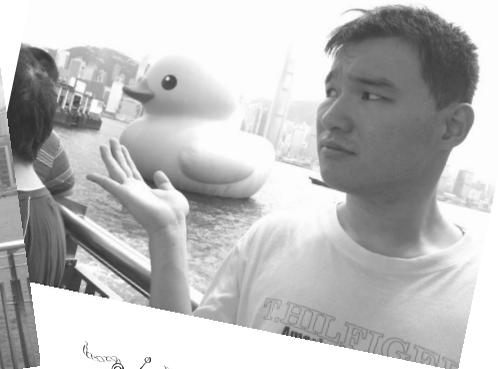
學員遊覽青衣城，感受大自然的氣息!



房間活動 ~ 綠茵居、葵花庭

導師:鄧霆鈞

學員參觀橡皮鴨的展出，了解香港的藝術!



SQS 服務質素標準

社工梁少蘭



本季中心舉行了學員諮詢大會及宿生大會，分別於19/6/2013及21/6/2013。在會議上，職員向學員講解服務質素標準一至四。



標準一

服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。

->中心在6/F辦公室位置外，擺放中心服務單張及日常通告，以供公眾索閱。



標準二

服務單位應檢討及修訂有關服務提供方面的政策和程序。

->中心定期會修訂和檢討有關政策及程序，並透過房間會議、學員諮詢大會及宿生大會等，收集學員的意見。





標準三

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。

->中心內各級職員都有其工作崗位的工作細則及職責，而中心亦設有職員架構圖，清晰地臚列中心的組織架構。



標準四



服務單位存備其服務運作和活動的最新準確紀錄。

->中心會保存學員的個別計劃、活動文件等文件，而中心每季會印刷及發放單位季刊，將單位內最新的資訊以供公眾知悉。

✱在本季的學員諮詢大會及宿生大會上，學員均留心聆聽職員對服務質素標準的講解，並且對中心提供了以下的意見：

1. 很喜歡參與中心的活動!!
2. 希望中心舉辦更多節日性的活動
例如舉辦燒烤或去離島的活動。



你們寶貴的意見，我們已經收到了
中心在未來一年會繼續舉辦更多不同類型的活動
為各位的生活添上姿彩! ~~





家長職員會

社工 張惠東

家長職員會於本年度首季舉行了兩次家屬聚會，透過不同媒介收集家屬意見，彼此聯繫，以促進中心與家屬間的溝通。

家屬巡禮 —
中心消防安全設施巡查

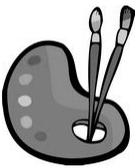
消防系統監察儀

消防喉轆

緊急照明燈



「綠色創明天」學員作品展



活動預告

8月

2013年家長日



日本腦炎

日本腦炎是什麼疾病

日本腦炎是一種經蚊子傳播的疾病。此病由日本腦炎病毒引致，給帶病毒的蚊子叮咬就會染病。日本腦炎的主要病媒蚊是三帶喙庫蚊 (*Culex tritaeniorhynchus*)。日本腦炎主要流行於亞洲及西太平洋地區的郊外及農村。此病在香港並不常見。



傳染途徑

蚊子於稻田等大量積水的地方繁殖，叮咬帶病毒的豬隻或野生雀鳥後就會受感染，再於叮咬人類或動物時將病毒傳播。此病不會直接由人傳人。



臨床症狀與病徵



日本腦炎由受到感染到發病為四至十四天。病情輕微者除發燒及頭痛外，一般不會有其他顯著病徵。病情嚴重者則病發得快，並出現頭痛、發高燒、頸部僵硬、神志不清、昏迷、震顫、抽搐（尤其是兒童）及癱瘓等症狀。



治療方法與後遺症

日本腦炎並無特定的治療方法。醫生一般對患者施以支援性治療。此病的死亡率為5%至35%，康復者可能有神經系統的後遺症。

如何預防日本腦炎

日本腦炎曾於中國、韓國、日本、台灣及泰國等地廣泛流行，但現時已有疫苗有效控制疾病傳播。然而，在越南、柬埔寨、緬甸、印度、尼泊爾及馬來西亞等地，此病仍偶有流行。預防日本腦炎，應採取防蚊措施，避免給蚊子叮咬。準備前往此病流行地區的人士，更應加倍注意。蚊子於黃昏至黎明時分最為活躍，因此這段時間應避免前往郊外。



中心預防蚊子傳播疾病的措施



1. 外出活動時或在戶外地方，安排學員穿著合適的衣物，例如：長袖衣服及長褲，防避蚊叮蟲咬。

2. 中心學員房間位置已經設置防蚊網，另已申請撥款，在中心的其他範圍增設蚊網。

3. 防止積水

- 把所有用過的罐子及瓶子放進有蓋的垃圾桶內。

- 定期替空中花園及感觀長廊植物更換盆底及清理積水一次。

- 緊蓋所有貯水容器。

- 保持渠道要所有暢通，定期疏通渠道。



物理治療資訊

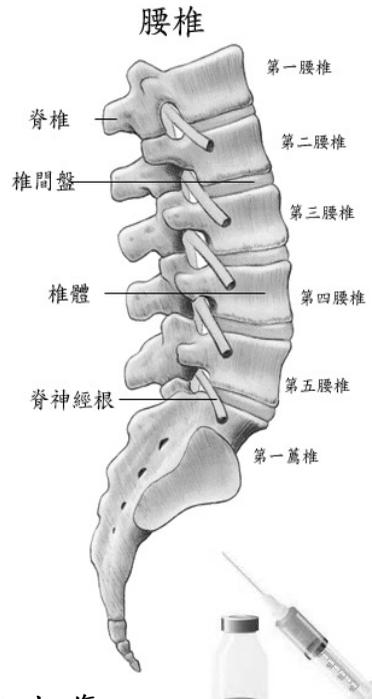
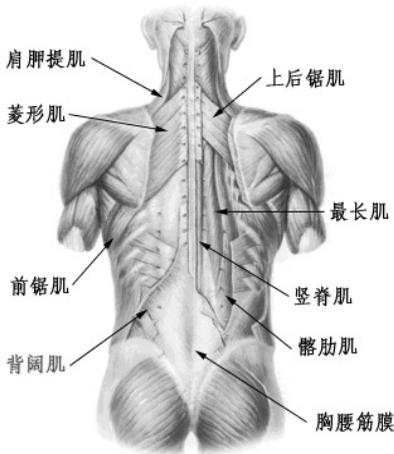
物理治療師 林佩珊

腰背痛

簡介：

腰背痛是常見的痛症之一，它的原因有很多，可能與不良姿勢、肌肉勞損或關節退化有關。我們的脊柱，肩負起保護脊椎神經的重任，也負責支撐我們身體的重量。隨著不同的活動及姿勢，我們的脊椎承受著不同的壓力。我們必須小心保護腰背，避免受傷。

脊椎的結構：



常見腰背痛的種類及成因：

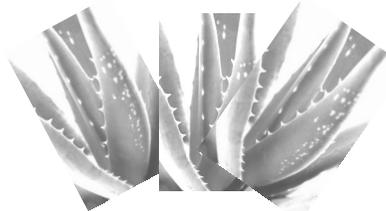
1. 腰肌扭傷

- > 活動腰背時，突然感到強烈痛楚
- > 痛楚在靜止時減輕，活動時加劇
- > 疼痛範圍廣泛，伴有酸軟感

成因：肌肉及韌帶柔軟度不足
過度及急速的伸展
肌肉受傷或長期勞損



2. 腰椎退化



- > 一般屬於長期症狀
- > 痛楚與活動未必有明顯關係
- > 常出現於腰椎骨的第四、五節椎骨交界處以及第五節椎骨與尾龍骨

成因：經常搬運重物／過度負重
不良姿勢導致體重過度集中
年齡增長，週邊軟組織鈣化

3. 椎間盤突出

- > 在搬運重物時出現劇痛，甚至聲響
- > 痛楚延伸至腿部
- > 一般伴有麻痺及肌肉無力甚至萎縮

成因： 不良的搬運姿勢
過度負重
肌肉力量不足

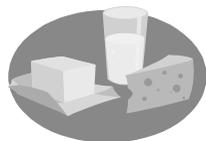
預防腰背痛方法：

- > 注意姿勢：坐立或站立時，盡量挺直腰背
- > 注意搬運或扶抱姿勢
- > 定時進行伸展運動：增強脊柱的柔軟度及活動幅度
- > 定時進行肌肉強化運動：鍛鍊及強化背部及腹部的肌肉



家居舒緩腰背痛方法：

- > 壓痛點：舒緩局部症狀
- > 熱敷：有助增加局部血液循環及舒緩痛楚
- > 冷敷：能減少發炎所引起的不適
- > 穴位：舒緩局部症狀
- > 伸展運動：可保持腰部關節靈活及增加柔軟度，舒緩僵硬感。





活動快訊



7月10日

參觀騎術學校

7月27日

赤柱一日遊

8月9日

參觀新生農場

8月 「天天綠」有機園藝日 (展覽活動)



人事動向



升職

護理員 鍾雪卿

到職

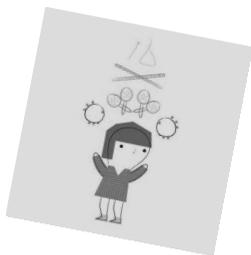
護理員 陳春蘭



服務統計資料

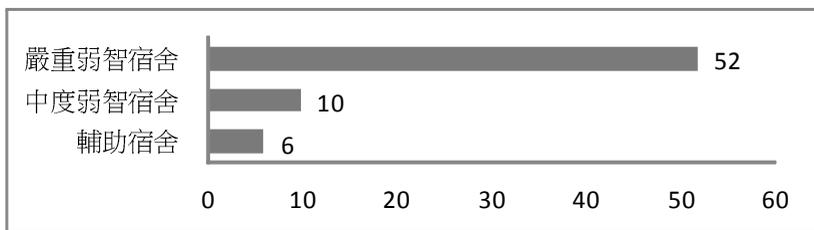


學員人數統計表(截至2013年6月30日)

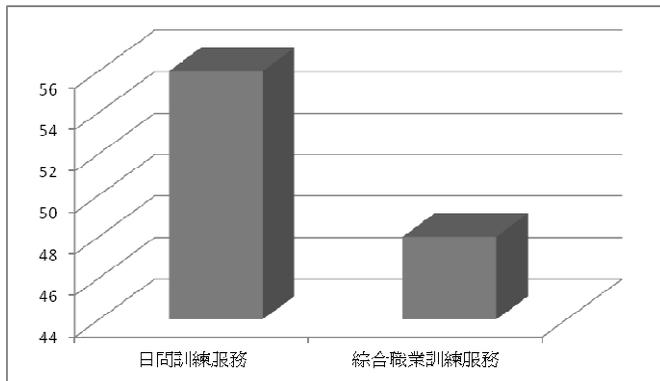


住宿照顧服務

接受服務人數統計表



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
- 致電中心電話 3525 0898 與中心經理聯絡
- 運用傳真機 3525 0882 或致函中心經理
- 致電總部電話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

地址：天水圍天恩邨服務設施大樓六樓

印刷品

督印人：經理/黃月玲

編輯小組：副經理、社工及福利工作員

