

保良局劉陳小寶綜合復康中心 2014-2015年度第四季季刊

編者的話

回顧過去的一年度，中心為學員推行了很多不同類型的活動和訓練。新年度將至，中心為新一年的服務方向訂立了具體及清晰的目標，教導學員正面積極的生活態度，宣揚快樂及助人的精神。

「喜動.天水圍」布藝隊

中心的喜動天水圍布藝隊於 4/2014 成立至今已有一年多時間，分別由學員及義工組成。學員由初時不太懂得縫紉技巧，至現時對於運用針線已有一定掌握，更製作出很多精美的布藝製成品。今次與大家一起分享學員布藝的作品，同時更加感謝家長義工及中心義工的全力支持，陪伴布藝隊的成長。



導師:王慶熙

綜合職業康復服務

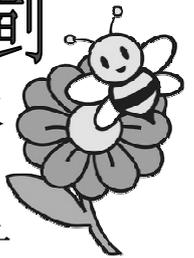
中心每年都會為職業康復服務的學員舉辦旅行,讓學員在工餘時間,能暫且放下工作,放鬆心情外出遊覽。在剛過去的2月6日,舉辦了大旅行-「暢遊海洋公園」。學員遊覽了一次園內各大展館,還觀賞了多個生動的表演。除此之外,在旅遊車上,學員參與了集體遊戲。是次活動讓學員能舒展身心,以更好的狀態迎接新一年的工作。



天恩邨環境保護.綠化生活嘉年華計劃



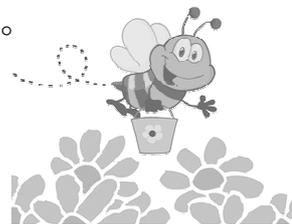
於10/2014至1/2015本中心獲得天水圍天恩邨屋邨管理諮詢委員會資助推行多個環保活動,包括有「社區環保回收計劃」、「歡恩滿栽齊享綠體驗日」及「綠化生活嘉年華」活動。



種植體驗日



透過以上不同的活動,加深了中心學員與天恩邨居民的互動及接觸。大家於活動過程中除了認識有關環保知識及種植盆栽的方法外,更能加深社區人士對中心服務及智障人士的認識,有助達致社區共融之果效。



義工活動

「快樂有食神活動」~ 烹飪活動

中心於 7/2/2015(星期六)早上安排學員由職員和義工帶領下到匡智瑞財中心暨宿舍參觀，增進學員對其他康復服務單位的認識，並安排學員與匡智瑞財中心的學員作交流，當天由義工導師教導學員製作鮮什果啫喱和朱古力忌廉蛋卷，一起製作食物和享用茶點，過程中學員之間有說有笑，互相以禮相待，從而擴闊學員的社交生活。



食...
好想試吓好唔好



『傳「愛」•燃「量」』共融計劃

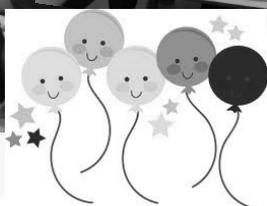
在二零一四至一五年度，工作小組共二十個區內的康復服務單位伙拍不同義工團體舉辦『傳「愛」•燃「量」共融計劃』，以不同方式與地區人士分享元朗區的康復服務發展及服務使用者的生命故事。我們期望計劃能傳承元朗區康復力量，展現愛與共融。

中心與保良局天恩護老院合作練習手偶劇，並中心學員、義工及護老院長者攜手合作完成輯錄手偶故事片段，透過故事帶出智障人士的潛能及與長者相處共融的訊息。活動由 6/11/2014 至 8/1/2015 進行排練和拍攝，完成共 8 次聚會，並已於 10/1/2015 於天晴社區會堂播放予社區人士觀賞，以推廣傷健共融、促進和諧社區。

Hi! 您好嗎?您叫做咩名?我想同您做朋友.....^^!



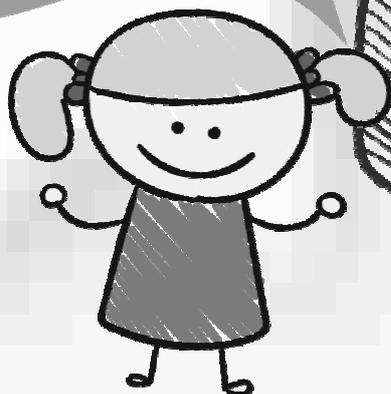
一齊影張合照留念!



努力與堅持 活出彩虹天

艷霞由2006年開始接受保良局劉陳小寶綜合復康中心之綜合職業服務，至2013年成功獲公司受聘收銀員的工作，至今能穩定地工作，表現良好並獲上司和同事讚賞與愛戴，現已正式退出中心服務。會談中艷霞分享過往七年於中心接受服務時的生活點滴，包括獲職康導師安排做包裝、茶軒銷售、外展職康工作和應徵面試等訓練，當中艷霞表示最令她感到滿足的是參與外展工作，給予她機會與社區人士一起工作和學習。

艷霞分享自己的信念



「你對人地好，人地自然對你好」
「須靠自己的努力與堅持才會成功」

職業治療資訊

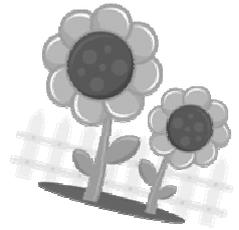
膝關節的自我護理是長遠對付膝部關節炎的最有效方法。我們可透過以下方法減少膝關節負荷

1 控制體重

- (a) 健康的飲食習慣 一少吃甜食，避免油膩、高脂、高鹽等食物。
- (b) 帶氧運動 一對膝關節負荷較低的帶氧運動如游泳、單車運動等。

2 減少攜帶重物

應盡量避免手攜、背負或搬運重物。應改以其他輔助工具如手推車等。



3 避免過長時間站立或步行

應避免長時間站立或步行，如感膝關節酸痛，應坐下休息。另外，亦可用高度適當的助行器(如手杖)來借力以減低膝關節的負荷。

4 善用扶手電梯及升降機

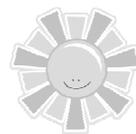
上下樓梯、斜路或走凹凸不平的路面會增加膝關節所承受的壓力，可誘發膝關節酸痛。當膝部關節炎復發或病情加劇時，可善用扶手電梯及升降機有效的護理能對已退化的關節起到保護作用，從而避免關節進一步的磨蝕與退化，減少酸楚疼痛的感覺，並降低其急性復發的機會。因此，患者自身應對關節護理的常識及技巧加以掌握，並將之融入於日常生活中，從而達至防止患疾加深及減少關節退化所引至的功能障礙兩大目的。

資料來源: http://www21.ha.org.hk/files/PDF/self_tools_printed_matter/OA_Knee_booklet.pdf

SQS服務質素標準

標準13 - 尊重私人財產/財物

1. 服務單位應讓服務使用者有機
當的地方，或通知服務使用者小心



會將私人財物存放在安全妥
保管自己的私人財物。

2. 服務單位有責任向服務使用者收款及/或代服務使用者管理金錢及其他貴重物品，應制定適當的程序和監管方法，並嚴格地執行。



中心活動展影

中心開放日

當日我地表演手語歌，係咪好精彩呢！

漫遊感官花園，有欣賞盆栽，有飲花茶，有不同感官刺激。

齊來學做園藝盆栽！

大家一起來跳脊操！

劉中留情影，一、二、三、笑！



春茗活動

同爸爸媽媽影張合照先，場面好溫馨呀！



能夠同家人團年真係好高興。



今晚好熱鬧呀，玩得開心，食得滿足！

媽媽，I Love You!



齊心協力拼貼輝春！



同媽咪影張靚靚合照先！



花展活動

來到花展緊係要搵個靚景影番張靚相！



咁好既天氣最岩來賞花！



原來花有咁多品種，真係大開眼界！



房間活動剪影



皓月居

傾下計，飲啖茶，真係好寫意！



美食之旅第一站—飲茶！

客家好
機好



美食之旅第二站—麥當勞！



上次飲茶，今次食薯條，好耶！

玫瑰庭



綠草如茵，微風吹送，好正呀！



我模仿隻馬既姿態係咪好似樣！



彭福公園塊草地又大又綠呀！



影相必殺技—就係燦爛既笑容！

蕙蘭庭



呢度係林村門口!



我地首先經過許願廊~

最後到達許願樹!



秋菊庭

後面個湖好靚呀，等我影張相先!



龍園好靚呀!同媽媽一齊出去玩好開心!

我個POSE係咪好有型呢!



活動快訊

- 30/04/2015 秋菊庭房間活動
- 02/05/2015 信仰小組
- 12/05/2015 蕙蘭庭房間活動
- 27/05/2015 藍天居房間活動

現今世界資訊發達，大家在電視及網絡上知道西非國家伊波拉病毒肆虐。在圖片上，病者皮膚潰瘍、口鼻出血、死狀恐怖。加上此症傳播力強、死亡率高，難怪令人聞風膽喪。讓我們一起揭開此病神秘面紗吧！

病原體 埃博拉(伊波拉)病毒病是由埃博拉(伊波拉)病毒所致，人類感染後的死亡率高達90%。

病徵 埃博拉(伊波拉)病毒病是一種嚴重的急性病毒性疾病，其特徵包括突發性發燒、極度虛弱、肌肉疼痛、頭痛和咽喉痛。隨後會出現嘔吐、腹瀉、皮疹、腎臟和肝臟功能受損，嚴重時更會出現內出血和外出血的情況。

傳播途徑 埃博拉(伊波拉)病毒病可通過人際間傳播而在社區加以蔓延，感染途徑包括直接接觸感染者的血液、分泌物、器官或其他體液（通過破損皮膚或黏膜，例如眼睛、鼻和口），以及間接接觸受到這類體液污染的環境。當感染者出現病徵後才有可能傳播此疾病（此疾病發病前是不會傳播）。

潛伏期
潛伏期為2至21天。

治理方法 暫時沒有證明有效的治療方法。患者應在隔離設施內接受治療以防止疾病傳播。嚴重病人需要接受深切治療。病人往往出現脫水，需要服用含有電解質的口服補充液或進行靜脈注射。

預防方法 暫時沒有認可預防埃博拉(伊波拉)病毒病的疫苗。市民需盡量避免到受影響地區旅遊。避免密切接觸發燒患者，並避免接觸患者的血液、體液和可能接觸過患者血液或體液的物品；注重個人和環境衛生；在接觸眼、鼻及口前切記先以梘液或酒精搓手液清潔雙手；食物須徹底煮熟才可進食；市民從受影響地區返港，返港後21日如出現上述病徵，應儘快到急症室求診。

資料來源：香港衛生署 衛生防護中心

新同事介紹

Hi!大家好!我係新入職導師，我叫 戴文美、大家可以叫我做 ANGEL。請大家多多指教!



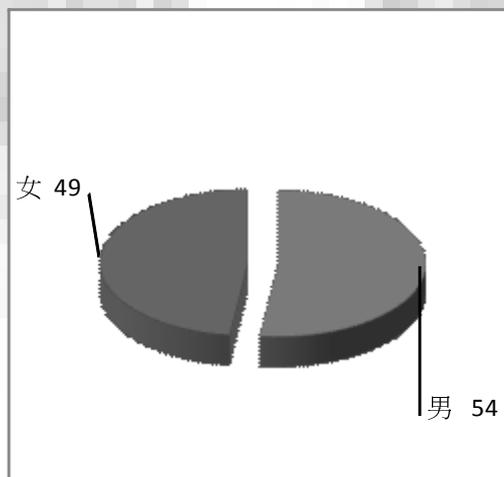
大家好!我係男導師陳國華，大家可以叫我肥仔或者KEN。您地唔好以為我咁肥就跑唔到?其實我跑步可以好快架、有機會一齊來做運動!



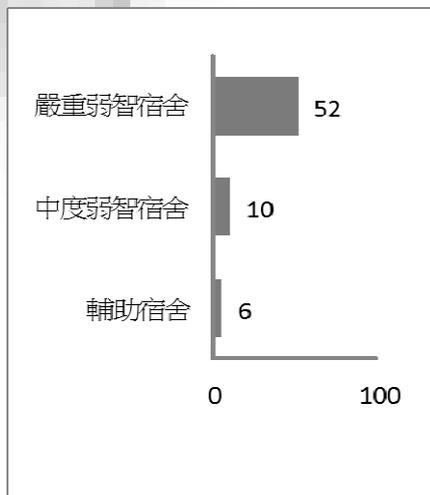
服務統計資料(截至2015年3月31日)

接受服務人數統計表

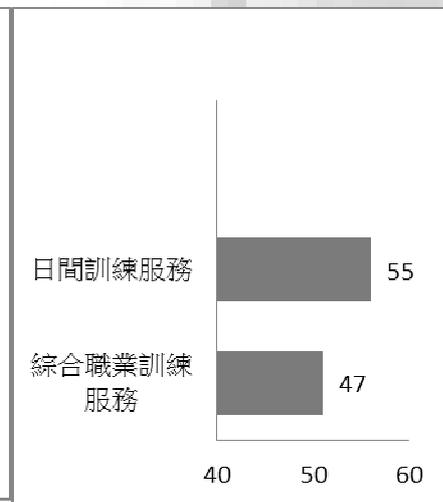
學員人數統計表



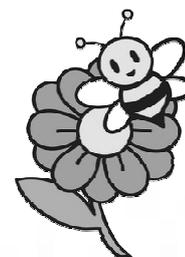
住宿照顧服務



日間訓練服務

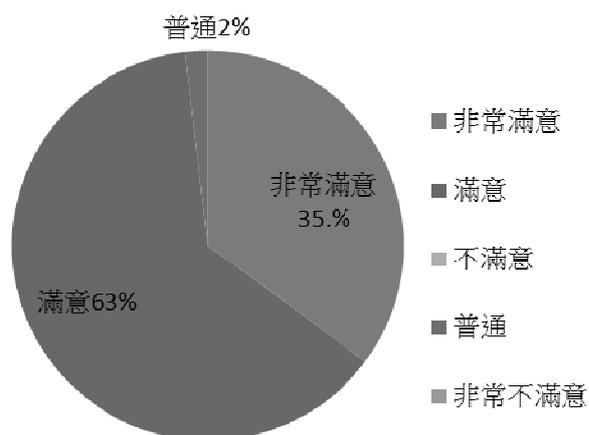


服務滿意調查問卷

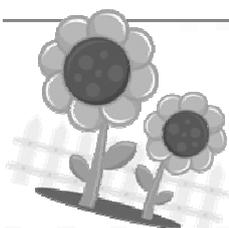
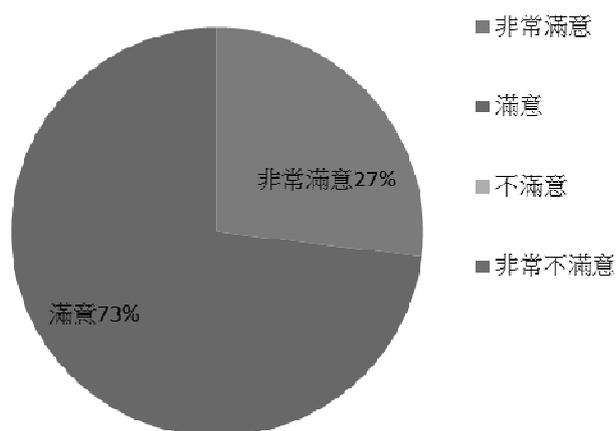


2013至2014年度服務滿意調查問卷結果

宿生服務滿意調查問卷結果



外宿生服務滿意調查問卷結果

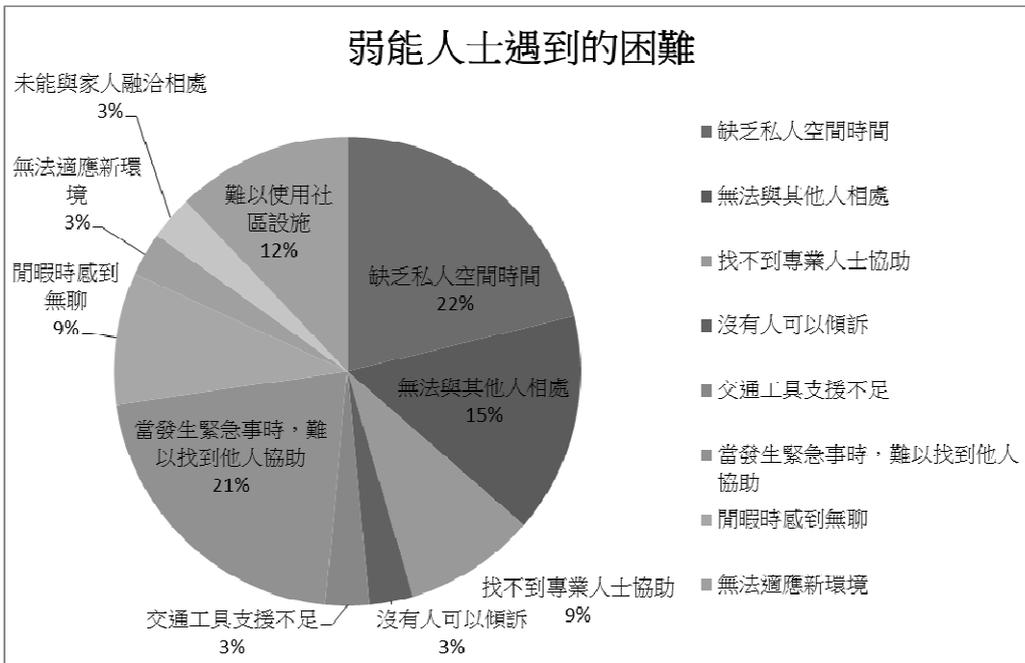




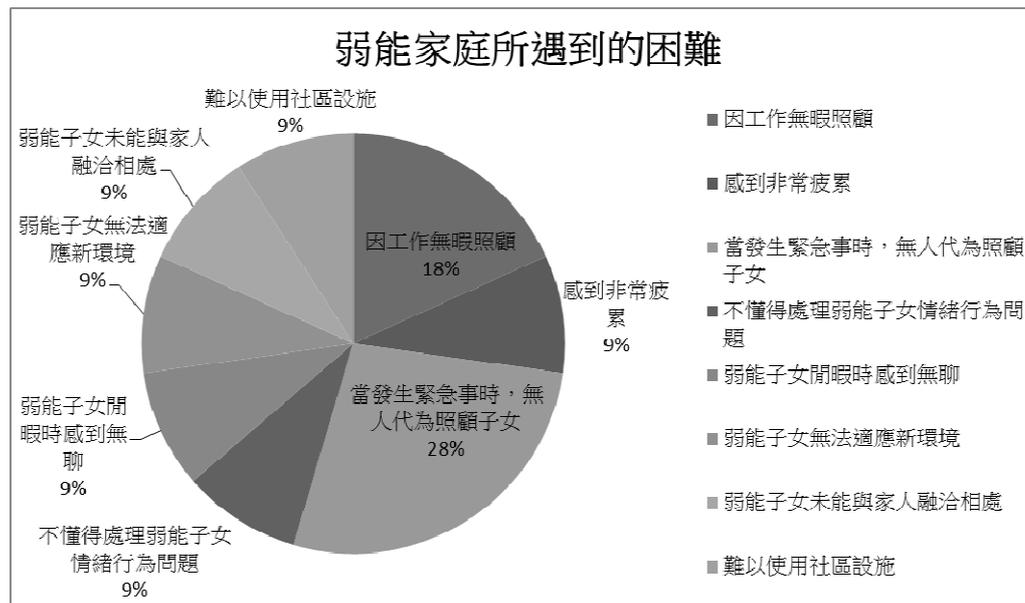
2013-2014社區弱能人士服務需要調查問卷

中心關注社區人士及其家庭的服務需要而發出問卷，現回收社區人士交回問卷 15 份，總結如下：

1. 弱能人士遇到的困難



2. 弱能家庭所遇到的困難



總結以上弱能人士及其家庭大多數是當發生緊急事時，無人代為照顧子女，中心會按需要介紹社區上的支援服務，如暫托、暫宿服務以應付家中突發事情。

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

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

殘疾人士院舍豁免證明書編號：C0409

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IV