

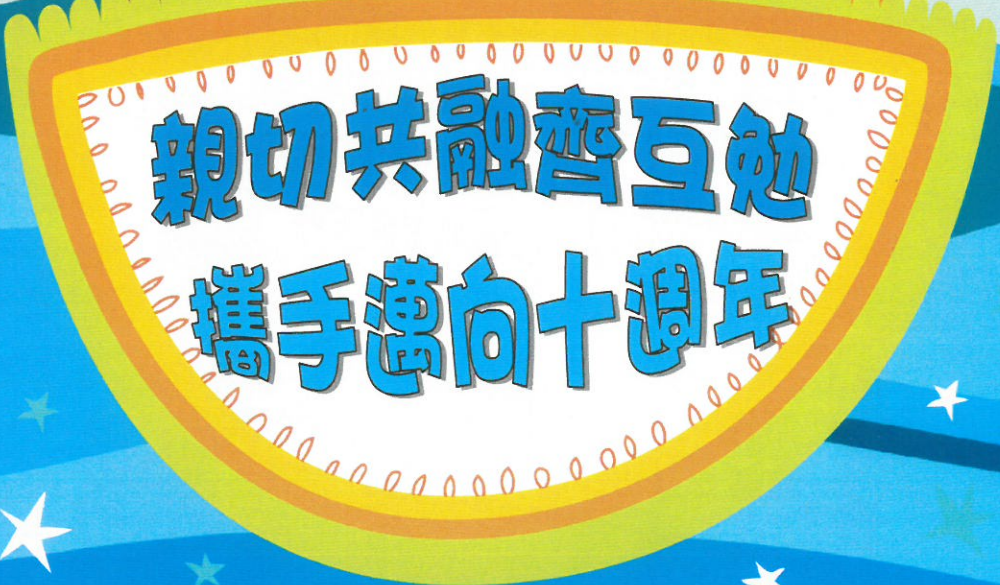


寶小陳劉局良保

綜合復康中心 2015-2016



第一季季刊



親切共融齊互勉  
攜手邁向十週年



## 編者的話

經理：雷月珍

轉眼間中心服務愈九年，踏入第十年了！過去一年的服務計劃大致如期落實執行，來年度的方向除了仍著重學習、獨立生活、體驗、潛能發揮外，生活質素提升同樣重要。繼續堅守「以人為本」的信念，為學員提供最適切及具質素的生活和學習環境。

為迎接重要的一年，集合一眾同事的意見，是年度以「親切共融齊互勉、攜手邁向十週年」為主題，盼望中心全體同事繼續以「愛」及多樣的「心」，「愛心、關心、真心、細心、良心、耐心、用心、盡心、專心、同理心」，配以「真誠」、「關懷」及「盡心盡力」的態度為中心的學員提供服務，「親切」、「共融」、「互勉」、「攜手」、「合作」邁向中心10週年，共同「創造更美好的時刻」！

## 學員心聲

保良局劉陳小寶綜合復康中心：  
多謝中心管理層、社工及職工多年來悉心照料葉佳洺，令他得到全面的照顧，特別是社工黎 SIR，他細心及有耐性與我們家長溝通，令家長們清楚學員的進度。現在佳洺要轉往宿舍，在此再次感謝您們，希望您們工作順利，身體健康！

葉佳洺家人 敬上

我今天下午吃的撈麵和粥  
好好食！煮得煲粥好好味！好食  
到不得了，太好味啦！  
多謝靚女仙、群哥及各位同事。

學員 溫力群







# 家長職員會

社工：馮少芬

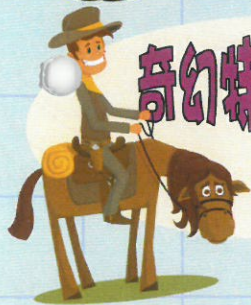


本年度第一次聚會於 29/4/2015(星期三)下午推行，當日與出席之家長們制定本年度家長聚會之推行內容和形式，積極收集家長的意見，並採取可行的意見納入聚會計劃表內。當天亦參觀局方天水圍社企服務(天晴茶座)，並一起享用茶點。

另本年度第三次家長聚會於 24/6/2015(星期三)下午推行，當天安排家長參觀中心日間訓練服務及職康服務，由副經理、社工及導師為家長們講解各訓練室流程和訓練內容，並參觀職康茶軒服務，當日家長們亦踴躍支持茶軒服務，令學員更投入和積極地工作。本年度家長出席人數比往年增加，希望家長們繼續支持及踴躍參與中心活動和家長聚會。



## 社區教育支援服務



### 奇幻特技馬術匯演

社工：黎敬恒

2015年5月20日，社區教育及支援服務到了香港中環新海濱區觀賞「奇幻特技馬術匯演」，當日共有7位學員及6位家長參與，參加者均十分投入觀賞表演及讚賞表演精彩絕倫。



社區教育及支援服務於 2015年5月22日到匡智元朗晨樂學校進行特殊學校推廣日，以宣傳中心的服務及招募社區人士成為社區教育及支援服務的會員。此外，透過此活動亦向社區人士簡介未來社區教育及支援服務的活動。

### 特殊學校推廣日





# 「綠色行動」 有機種植嘉年華攤位比賽

綜合職業復康服務

導師III：王麗興/曾巧如



中心參加了由本局鄭翼之中心舉辦的「綠色行動」有機種植嘉年華，其中負責一個攤位活動，攤位以「六式綠色生活方式」為主題，推廣六種幫助環境保護的方法，包括：

1. 減少使用膠袋膠樽
2. 節約能源，電力、水、煤氣
3. 循環再用
4. 循環再造
5. 綠化環境，有機種植
6. 健康飲食等。

當日活動反應良好，參加者運用膠樽、紙盒製作成筆座擺設等。活動能讓公眾人士體驗及實踐綠色生活，而中心在是次活動中獲得大會頒發「綠色健康生活設計大獎」。

註冊護士：馮寶儀

## 淺談口服藥物劑型

口服的藥物各式各樣，從小時候的藥水、感冒糖漿，長大後的藥粉，到現在的錠劑、膠囊等。有時候常常會想，做成糖漿不是很好嗎？又甜又好吃，又不需要配開水硬吞進去？以下介紹一下口服藥物的劑型吧！

### 錠劑

#### 裸錠

沒有包衣的藥錠，藥物直接在胃內溶解吸收。

#### 口含錠

將藥物含在口中慢慢溶解，直接作用在治療部位，如：喉片。

#### 舌下錠

最常見的舌下錠就是治療心絞痛的确化甘油，將藥物含在舌下直接吸收，藥效發揮較快。

#### 腸溶錠

為了避免藥物被胃酸破壞，使藥物到達腸道才被溶解吸收而包覆外膜的藥錠。不可以壓碎及磨粉使用，亦不可與制酸劑同服，以免藥物提早在胃內崩散而減低藥效。

#### 咀嚼錠

須在口腔充份咀嚼後吞服。

#### 長效緩釋錠

改變藥物之釋放形式。如：Adalat R 降血壓藥物，以滲透壓控制釋放機制，使藥物只需一日服用一次，但藥力能持續有效。此藥有包膜，再胃內被胃酸溶化釋出。如藥物被磨碎服用，會使藥物傾巢而出，造成藥物過量情況。

### 膠囊劑

除有特別需要，否則不可打開膠囊服用，以免影響吸收。

### 糖漿劑

主要減少藥物苦味，有多種水果味道，適合老人及小朋友服用。





## 甚麼是自閉症？

自閉症是與生俱來的發展障礙。患者在與人溝通及建立人際關係時 往往呈現困難。自閉症有不同程度及不同的行為表徵。若簡單地分類，程度輕微的稱為自閉症傾向，嚴重的則稱為自閉症。

## 自閉症有甚麼徵狀？

他們在社交、語言溝通及行為方面均有不同程度的困難。

### 1 社交方面

- 欠缺運用身體語言或其他非語言的溝通技巧，如缺乏眼神接觸
- 人際溝通能力弱，如難與朋輩分享，建立友誼
- 未能察覺、明白、回應別人的感受和需要



### 2 語言及溝通方面

- 理解、表達語言能力較弱
- 表達方式呈現刻板、重複或鸚鵡式的說話
- 表達及語句運用組織力弱，如混淆「你」和「我」
- 語調控制怪異，如缺乏音韻或音調過高
- 與人對話的方式，出現單向溝通，如「只顧講，不顧聽」

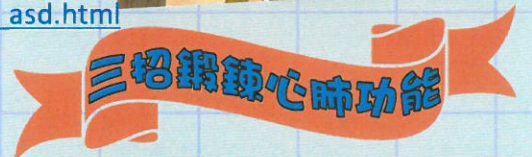


### 3 行為方面

- 固執堅持，如外出時只走某條指定路線
- 興趣狹隘，如只喜歡轉動車輪、背誦巴士路線圖
- 抗拒接受新事物
- 重複某些動作，如不停轉動身體，搖動手



資料來源: [http://www.dhcas.gov.hk/tc\\_chi/health\\_pro/develop\\_dis\\_asd.html](http://www.dhcas.gov.hk/tc_chi/health_pro/develop_dis_asd.html)



心肺系統對人體十分重要，不但幫助攝取及運送氧氣，亦與心臟、血液循環及肌肉系統運作息息相關。強健的心肺功能可促進健康、預防疾病、提高工作效率和生活品質。是次介紹三種最簡單方便能於宿舍進行的心肺運動，讓大家一起為健康努力。

### 1 帶氧運動

帶氧運動指身體在氧氣供應充足的情況下，從事長時間且有節奏的大肌肉運動。例如步行、踏單車或行樓梯最少15分鐘，都是容易且有效的帶氧運動，既能增強肺容量及運動耐受性，亦能燃燒脂肪。

### 2 吹紙巾

舉起一塊紙巾在臉前，緩緩呼出一口長氣吹起紙巾，讓肺內積存的空氣盡量清走，以便新鮮空氣進入，同時鍛鍊呼吸肌肉。重覆十次為一組，中間可稍作休息。

### 3 高舉雙手深呼吸

深深吸氣同時舉高雙手，以牽動肋骨架擴張胸肺，增加肺容量。注意盡量放慢吸氣速度，讓新鮮空氣充滿肺部，可以的話忍住默數三聲，然後才放下雙手慢慢呼氣。重覆五次，早晚各一組。

物理治療師 曾德儀







# 義工活動

社工：馮少芬

## 外出探訪活動



來自新生精神康復會(天水圍安泰軒)的義工團隊分別於2015年6月5日及6月27日到本中心推行義工服務。義工們又唱、又跳，又與中心學員一起玩遊戲，樂也融融。



## 「煮食Fun Fun樂」活動

匡智瑞財中心  
Hong Chi Shui Choi Centre Sum



中心除了義工團體到訪推行活動外，中心的義工亦會帶領學員到訪其他機構推行義工服務，實踐共融、平等參與概念。義工於2015年6月27日帶領學員往匡智瑞財中心暨宿舍推行烹飪活動。義工和學員先往超市購買食物材料，然後由義工教導中心學員和匡智中心學員製作食物(蛋粟米牛油沙律和朱古力脆脆雪芳蛋糕)，並一同享用豐富的食物，相處融洽，使學員能在週末餘暇生活中享受入廚的樂趣之餘，又可以擴闊社交。





# 服務質素標準 SQS

14

## 服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。

14.1

在可行的情況下，服務單位備有確保個別服務使用者私隱與尊嚴得到尊重的政策及程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。



設有“體弱院友護理服務指引”提醒職員照顧服務使用者的私隱，如避免不必要人士在場及使用屏風等。

14.2

對於服務使用者所需的任何個人護理，服務單位應確保進行這些護理時，服務使用者的私隱和尊嚴得到尊重。



在為舍友提供個人護理照顧時，整個過程須在無旁觀者及有遮蔽的環境下進行。



舍友需個別進行沐浴，沐浴時必須進入浴格，關上格門。

14.3

服務單位備有確保服務使用者的保密權得到尊重的政策及程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。

程序規定棄置載有個人資料紀錄時，必須碎毀（如利用碎紙機）。



個人資料應小心保管，不應該隨便擺放。在不使用時，應存放在文件櫃內，存放個人資料的文件櫃亦須上鎖。



# 房間活動剪影

## 紫瑚居



我地 5 個係咪好型呢!



行完街當然要食番餐勁既!

呢度景色寧靜怡人，岩晒我!

## 綠茵居



唔知咩職業最岩我呢?

夢城通識學園裡面可以參加職業模擬遊戲!



我坐緊既係模擬飛機倉，好舒服呀!



參觀機場有好多模擬設施可以體驗，好好玩呀!

等我跟住指引去使用設施先!



## 皓月居



科學館的設施新奇又刺激，好有挑戰性!



哇! 呢部機器係點操作架?





太陽伯伯曬到我塊面紅卜卜呀!



史諾比樂園好好玩呀!



行程好豐富，冇得輸，yeah!

### 蕙蘭庭&紫蓮庭



西貢碼頭嘅海風好舒服呀!



飯前留影，yeah!



玩完緊係食番夠本!

### 朝陽居



太空館既外星人，好高興認識你!



我身後座鋼琴有天鹅圖案，係咪好靚!



天氣咁好，最岩漫遊太空!



# 新同事介紹

大家好！我係4月份加入既庶務員陳玉蘭，大家可以叫我玉蘭姐。我主要負責中心清潔及雜務工作，很高興能成為保良局既一份子！



大家好，我係「左手哥」既大哥，「右手哥」祐 sir (何遠祐)，希望能和學員及同事建立良好關係，合作愉快，謝謝！



我係5月份入職的福利工作員 IV 暉 SIR (陳逸暉)，很高興能加入保良局的團隊，往後日子請多多指教！



大家好！我係新入職的護理員馮兆英，已有數年護理員經驗。我曾參與護理員培訓並獲證書，希望我的知識技能及工作經驗能於工作中加以發揮。



我係6月份入職的導師 I 耀 SIR (黃耀南)，現正學習與學員相處，建立關係，很高興能加入劉陳小寶綜合復康中心，從事復康工作，往後日子我會繼續努力學習，和大家一起加油！





我係護理員潘素妙，大家可叫我素妙。很开心能加入這大家庭，我一定會盡心盡力以愛心照顧中心學員。主賜給每人不同恩賜！祂安排我在這中心工作，我就要在這裡盡心學習，和同事合力照顧學員。



各位好，我是新人 Iris Lo(羅淑華)，從前很少機會接觸到弱能人士，希望日後能學以致用，把吸收到的知識應用在工作上，亦希望社會上也能消除歧視他們的眼光，除下那副「太陽眼鏡」。



## 人事動向

13/7/2015 紅葉居房間活動  
 28/7/2015 玫瑰庭房間活動  
 12/8/2015 藍天居房間活動  
 07/9/2015 葵花庭房間活動  
 10/9/2015 星花庭房間活動  
 16/9/2015 皓月居房間活動  
 28/9/2015 朝陽居房間活動

導師 I 羅淑華 26/5/2015 入職  
 導師 I 何遠祐 01/6/2015 入職  
 導師 I 黃耀楠 29/6/2015 入職  
 福利工作員 IV 陳逸暉 4/5/2015 入職  
 護理員 II 馮兆英 19/5/2015 入職  
 護理員 II 潘素妙 16/6/2015 入職  
 半職庶務員 陳玉蘭 8/4/2015 入職

## 活動快訊



# 服務統計資料(截至2015年6月30日)

# 接受服務人數統計表

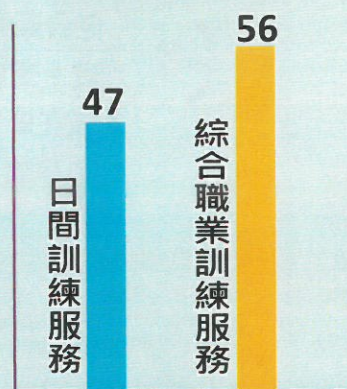
### 學員人數統計表



### 住宿照顧服務



### 日間訓練服務



女學員+男學員總數=103位

嚴重+中度+輔助宿舍學員總數=68位

日間+綜合職業訓練學員總數=103位

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

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

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