



# 保良局天水圍復康中心

2017年4-6月份

中心通訊



中心在7/6/2017舉行保良局特「飾」便服日，主題為慶祝香港回歸二十週年，當日舍友除了參與特「飾」便服日外，亦與全香港市民一同慶祝回歸二十週年的快樂。

## 目錄

- 01 編者的話／保良局特「飾」便服日
- 02 2016/2017 服務滿意調查
- 03 香港回歸20週年活動／友福同聚  
綠色關愛計劃／香港聖約翰救傷  
隊年度牙科檢查及護齒健康講座
- 04 全年計劃
- 05 全年計劃(續)
- 06 全年計劃(續)
- 07 家屬專欄／新力軍介紹
- 08 專職治療
- 09 專職治療(續)／服務質素標準／  
服務及統計
- 10 精彩活動剪影
- 11 中心活動剪影
- 12 活動預告／意見箱／聯絡方法

## 編者的話



踏入新年度，中心致力推行康復服務理念，再度與舍友攜手推動中心全年計劃。從服務滿意調查顯示，舍友對中心服務越來越投入，由每日清晨積極參與早操，至下午參與不同的體驗活動。

喜見他們的正能量不斷增長，不但提高對中心的歸屬感，更見舍友個人日漸成長，讓大家包括家屬、同工及舍友攜手共創活力的生命，藉夏日的朝陽驅策我們積極向前，實踐中心主題：「朋輩互助顯關愛，共融生活樂社區」。



# 2016/2017 服務滿意調查

社工 關灝澄

中心每年會收集服務使用者及家屬之意見，而去年亦發出80份服務滿意調查問卷，其中兩位監護人未有交回問卷，最後中心共收回78份問卷，完成率達九成半以上。

在服務及照顧方面，中心維持一貫24小時運作，包括提供日常起居照顧、健康護理照顧、膳食、臨床心理服務、職業治療、物理治療、社區教育支援服務等，9成以上接受訪問者均對上述服務感滿意，反映舍友及家屬滿意中心服務。

此外，受訪者有9成以上對中心活動和訓練感滿意。各項活動中除了能增進彼此友誼，亦與職員建立良好關係，中心推動「能耐為本」優勢模式，實踐「復元」理念，舍友從中建立自信心和朋輩之間互助互勉的氣氛。另外，中心每年會按舍友的個別需要提供3項個別訓練，範疇包括自我管理、體藝、家務技能、社區技能、人際社交、興趣、溝通等，同時亦會提供物理治療和職業治療訓練，有助舍友的復元發展。

在中心環境及設備方面，9成以上受訪者均滿意中心環境衛生及傢俱整潔，亦認同中心環境舒適，設備能保障舍友安全。中心過去一年為配合舍友需要，已更換金屬盲人磚、設置小食及飲品機，增添蚊網、新增讓舍友休閒安舒的靜心閣，以及持續改善中心其他設備及環境，讓舍友仿若置身在家。

綜合服務意見調查結果，整體服務滿意率近乎100%，在此感謝每位受訪者參與服務意見調查，給予中心工作上的肯定，我們來年將會繼續努力，以「朋輩互助顯關愛，共融生活樂社區」為目標，讓各舍友精神健康得以提昇。

	十分滿意	滿意	普通	不滿意	十分不滿意	不適用 (沒有使用該項服務)	滿意度
(一) 服務及照顧							
1. 日常起居生活照顧	22%	72%	6%	0%	0%	0%	94%
2. 健康護理照顧	22%	68%	10%	0%	0%	0%	90%
3. 膳食適合舍友的個別需要	20%	67%	13%	0%	0%	0%	87%
4. 接觸家長 / 監護人	19%	67%	14%	0%	0%	0%	86%
5. 職員的態度方面	27%	64%	9%	0%	0%	0%	91%
6. 支援服務							
6.1 臨床心理服務	15%	31%	5%	0%	0%	49%	90%
6.2 職業治療服務	28%	56%	13%	0%	0%	3%	87%
6.3 物理治療服務	23%	64%	13%	0%	0%	0%	87%
6.4 暫顧服務	不適用						
6.5 義工服務	28%	62%	10%	0%	0%	0%	90%
6.6 社區教育及支援服務	23%	65%	12%	0%	0%	0%	88%
(二) 活動及訓練							
1. 活動方面	35%	60%	5%	0%	0%	0%	95%
2. 訓練方面	27%	65%	8%	0%	0%	0%	92%
(三) 環境及設備							
1. 地方及傢俱整潔及衛生程度	34%	60%	6%	0%	0%	0%	94%
2. 環境的舒適程度	34%	60%	6%	0%	0%	0%	94%
3. 環境和設備的安全性	35%	59%	6%	0%	0%	0%	94%
(四) 整體服務意見							
1. 整體服務意見	37%	59%	4%	0%	0%	0%	96%

保良局慶祝香港回歸20周年  
暨社會服務巡禮  
@香港文化中心露天廣場

友福同聚綠色關愛計劃  
@天水圍天恩邨



我哋排隊玩遊戲啦!

這是我們中心有份協助的攤位遊戲啊!

這個攤位考驗我的筋骨伸展呢!



咁開心，一於影張大合照留念!

下次再嚟探你啦!



天復義工隊又嚟探訪天恩邨嘅街坊喇!

## 香港聖約翰救傷隊

### 年度牙科檢查及護齒健康講座

副經理 趙婉莉



牙齒是協助我們咀嚼食物，維持外貌美觀及發聲之用。一生中會有兩副牙齒：「乳齒及恆齒」，年幼時會有20隻乳齒，成年後會有32隻恆齒；當恆齒脫落後，便不會再次更換，所以要好好保護我們的牙齒，讓它們發揮良好的功用。因此，在2017年3月26日我們邀請了「香港聖約翰救傷隊」為舍友安排了定期的牙科檢查。

當日早上，香港聖約翰救傷隊派出兩位牙醫及三位義工來到中心，為大約50位舍友做牙科檢查及初步評估。在今次的檢查中，發現有部份舍友需要再作進一步的治療，而聖約翰救傷隊亦即時安排在2017年11月26日及12月3日再到中心，為有需要的舍友進行洗牙、補牙等服務，讓舍友得到適切的護理，減少舟車勞動之苦。

當日下午，香港聖約翰救傷隊為舍友及職員舉辦「護齒健康講座」，講者扼要地講解牙齒的構造、蛀牙與牙周病的成因，亦詳細教導保持牙齒健康的基本知識，讓舍友及職員獲益良多。



我哋每年都會做一次牙齒檢查



聽過講座先知原來保持牙齒健康好重要啊!

# 全年計劃

經理 吳詩韻

中心自去年採用「復元模式」(Recovery Model)以來，在跨專業團隊、家人、朋輩及社區人士支持下，透過建立個人優勢、賦予充權、履行責任、擴闊視野、獨立生活、自決及成功經驗，皆強調個人參與對康復過程的重要性，讓精神病康復者勇於承擔、敢於選擇及掌握自己的生活，從而脫離病人的角色，重燃希望之光，達致重新建立正面的自我形象及重建有意義的生活。因此，復元確實是個人賦能的展現，令生命活得更精彩。中心提供全人發展服務，包括S-E-R-V-I-C-E C-A-R-E：

## S Strength-based

### 重視個人優勢

學習欣賞個人價值及認識內在的強項和能力。職員促進他們認識、發掘和建立個人的優勢，重拾自信，全面投入生活。



## E Empowerment

### 充權

由舍友學習重新掌管個人復元路上的生活決定權。



## R Responsibility

### 責任

協助舍友願意承擔個人責任照顧自己及履行自己的復元過程，以提高動力改善自己做得更好。



## C Continuity

### of care 持續照顧

持久性和一致的復元支援。



護士為有需要的舍友輸入營養奶，保持身體健康。



## A Accompany

### 同行相伴

彼此支持和鼓勵，促進生命活得多姿多彩。



## R Relationship

### 關係

人際互動，建立互信，加強推動治療的動力。



## E Each

### 個別

配合個別舍友獨特的需要，提供適切的專業治療及支援。



## View 視野

培養舍友擴闊生活視野，擁有正面的思維及樂活的價值觀。



我們參觀屏山利民會墟開眼界!



參觀善導會朗澄坊室內土多啤梨場，了解種植過程，十分有趣!!

## Independence 獨立

協助舍友脫離依賴，學習獨立自主，掌握解難技巧，體驗處事的能力及有能感的喜悅。



隊長會商討中心事務。



我們學習使用洗衣機!



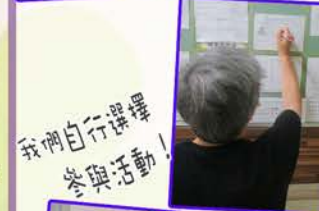
舍友自行外出打籃球!

## Choice 選擇

在職員鼓勵下，讓舍友有不同的選擇及勇於嘗試。



我們確實喜愛菜式反映意見!



我們自行選擇參與活動!



## Experience 經驗

體驗個人充權及履行責任後，建立成功及有能經驗，發展個人優勢的滿意生活。



我們帶領探訪者參觀宿舍!



我們樂於照顧世人，助己及人!

有見及此，中心服務在踏入第四年開始，訂立了「朋輩互助顯關愛，共融生活樂社區」主題，期望以朋輩支持作為舍友之間分享個人復元經驗和生活技能，鼓勵彼此仿效，成為良好榜樣及勇於嘗試，增強自信心，有助促進對復元過程充滿希望。

此外，中心繼續以「復元模式」，給予舍友更多選擇及發展空間。

## 高度獨立舍友

培訓及發展各式藝術，如精巧手工藝、體能藝術等，強化他們自我充權及責任，履行中心職務及社區義務工作；又如隊長實踐計劃，發展舍友間朋輩互助精神，達至助人自助的目標，提升個人對宿舍的歸屬感及關愛社區共融生活。

## 中度獨立舍友

由中心導師及專職治療師提供各類訓練，掌握家務、手工藝、康體活動等，提高生活技能及自信心。

## 高度照顧舍友

因舍友日趨老齡化及肌能衰退，中心加強提供物理治療及護理服務，為舍友提供緊密的身體、飲食照顧及多感官設備，並舉行調節多功能感官(Sensory Modulation)及減壓鬆弛(Stress Relaxation)治療小組等。



獨立能力較高的舍友做榜樣，與職員帶領早操!



跟隨義工學習水墨畫



關愛社區探訪



參與不同的社區活動



提高自理能力



學習烹飪技巧



職業治療訓練



提高生活技能



學習綜藝技能



提高自理能力



飲食照顧



物理治療運動



護士及陪診員協助舍友覆診安排!

# 「朋輩互助顯關愛，共融生活樂社區」

## 伴我晴朗啟航 隊長實踐計劃

### 互助生活體驗分享篇



貞貞害怕打針，萍萍就每朝牽著她到護士站，打針時在旁支持和鼓勵，場面溫馨。

舍友萍萍參加了「朋輩互助隊長實踐計劃」，學會照顧其他舍友，協助解決問題。是次計劃能夠成功，職員見證著不單隊長有所成長，還喜見其他舍友也一同進步。



阿球和阿健認真巡視中心環境，彼此讚賞，令人鼓舞！

舍友阿球最近入宿，起初對宿舍的生活感到十分陌生，自參加了隊長實踐計劃，在隊長阿健用心的支持和鼓勵下，阿球已投入了隊長行列，對宿舍亦增添歸屬感！

## 宿舍二三事

### \*舍友自行外出計劃\*



我們都成功考取自行外出通行証!



舍友的自行外出証

在通過一連串的社區訓練後，舍友接受挑戰，成功考取到自行外出証！我們也能夠從相片中感受到他們的喜悅呢！

中心藉著舍友自行外出計劃，提升他們的獨立解難能力、自我管理能力及社交能力等，讓他們能夠與社會保持緊密接觸。

他們的自行外出証不但是一張證件，而是中心給予他們能力的肯定呢！我們再次一同恭喜他們吧！



社工向成功通過計劃的學員派發自行外出証



利用自行外出時間打籃球，強身健體。

## 總結

按舍友的能力提供心理輔導、起居生活、多元訓練、健康護理、心靈關顧服務，有助舍友全面發展，並重新掌控自己的生活，運用「能耐為本」的優勢實踐「復元模式」，促進他們復元過程的希望及充權。中心亦會繼續聯繫社區同盟團體，建立支援夥伴，擴展義工網絡及家屬工作，發揮「傷健共融」精神。

# 家屬專頁

## 新一屆家屬代表會：

## 家屬代表會全年計劃



祝願新一屆的家屬代表會繼續努力參與，共同為中心舍友謀求福祉。

家屬代表會在2017年5月6日舉行會議，中心講解一連串訓練計劃及活動，其中包括洗衣訓練，家屬希望舍友能夠提升家務能力；會上亦訂立了以下計劃：

### 2017年

- 8月 家屬會議：分享復元理論及成效(上) SQS13巡視舍友房間。
- 9月 中心廚房巡查，中秋節探訪活動
- 11月 家屬代表會議
- 12月 大旅行

### 2018年

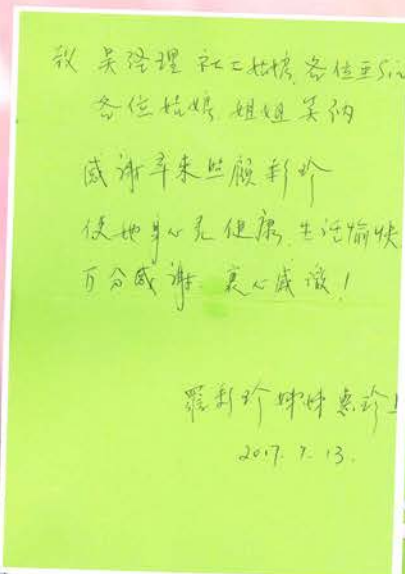
- 1月 中心開放日
- 2月 家屬會議：分享復元理論及成效(下) 及巡查洗衣房



舍友一起製作感謝卡。



舍友親自製作了一張感謝卡給家屬，十分窩心呢！



羅彩珍家屬感謝信



## 新力軍介紹

大家好，我是剛入職的導師陳姑娘。很高興可以加入天復，更開心的是可以認識各位舍友。這裡的舍友都非常可愛，各有不同的性格，而舍友的热情讓我加快投入工作。希望未來能與各舍友成為好朋友，一起發掘生命的樂趣！



導師 陳翠恩



導師 周鼎鈺

大家好！我是新入職的導師周SIR。過去兩年我曾在保良局鄭翼之中心出任導師，向弱智人士提供日間訓練及日常照顧。很高興加入到天復這個大家庭，未來的日子希望能盡己之力為舍友提供服務。

大家好！我是4月入職的護理員琮姐。第一次於院舍工作，在這裡的一切都很新鮮，舍友和同事也十分親切。希望能儘快熟習中心的環境與工作，為舍友提供更高質素的服務。



護理員 黃秀琮



保健員 郭淑怡

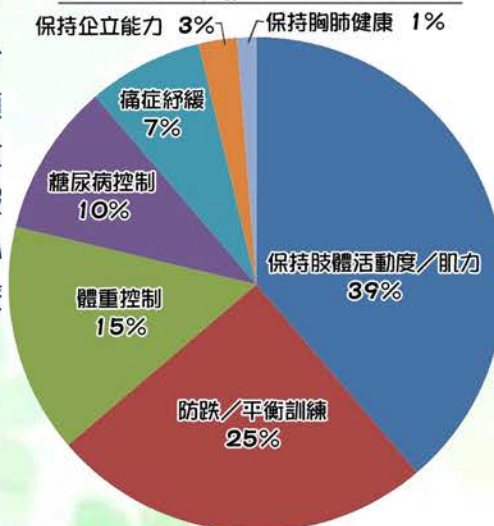
大家好，我是新入職的保健員阿怡，很高興能加入保良局。過往數年我曾於不同機構參與活動及院舍護理工作，對服務運作有一定認識，有助加快熟悉中心工作，並為舍友提供貼身的護理服務。希望未來能與舍友職員融洽相處，互助成長。

## 全年計劃

物理治療師 曾德儀

根據本中心於2017年6月物理治療服務需求的統計，80名舍友當中，53名舍友(66%)年齡少於60歲；而預防性復康訓練(如防跌、防機能退化之肢體運動、體重及糖尿病控制等)的需求共佔90%，大大高於治療性服務(如緩痛治療、胸肺復康等)(詳見附圖)。因此本中心物理治療來年將積極進行集體運動、小組式訓練及治療室的帶氧運動訓練，培養舍友積極運動的興趣及習慣，以改善情緒及精神病的負性徵狀，建立積極生活方式。

## 物理治療服務需求統計



主理領域需求	人數	百分比
保持肢體活動度/肌力	31	39%
防跌/平衡訓練	20	25%
體重控制	12	15%
糖尿病控制	8	10%
痛症紓緩	6	7%
保持企立能力	2	3%
保持胸肺健康	1	1%
總人數	80	100%

## 新購座式踏步機



適逢本中心得到社署撥款購置座式踏步機及跑步機，取代已損壞或太簡單的復康器材，讓舍友能持續訓練，改進身體機能及發揮復康的潛能。新購置的座式踏步機已於5月中開始使用，主要用於訓練上下肢肌肉耐力、鍛鍊心肺功能及消脂減重。訓練對象包括體型過重、患有代謝性疾病、日常運動耐力及心肺功能不足的舍友。當舍友經物理治療師評估為適合所需後，便會配合其復康訓練使用。

座式踏步機屬於低衝擊性心肺運動(Low-impact Cardio Workout)，在運動期間對下肢關節所承受的負荷會較低，能減低關節肌肉受傷，或失平衡而跌倒的風險。由於各舍友的身體機能及復康需要各有不同，故此，並非所有人都適合使用座式踏步機。如有疑問，請向物理治療師查詢。

## 職業治療服務介紹

職業治療師 伍雪雯

職業治療服務本年度希望關注部分年長舍友老齡化的情況，以及持續提昇舍友自我照顧獨立性，以提昇舍友的生活質素。職業治療服務對象為全中心舍友，為每位舍友評估自我照顧能力及生活技能方面之表現及獨立性，以安排進行有關之訓練，例如「職前工作評估和工作訓練」，「吞嚥餵食評估及訓練」，「感官認知評估訓練」，「輔助工具評估及訓練」等

本年度職業治療服務期望為舍友制定多元化的訓練小組，以增加舍友參與訓練之主動性，同時鼓勵不同能力專長的舍友能積極發揮所長及發展個人潛能，包括手工藝訓練小組、園藝訓練、包裝工作訓練小組以及再做紙環保手工創作小組，以提昇舍友的工作興趣和藝術發展。至於調節多功能感官(Sensory Modulation)及減壓鬆弛(Stress Relaxation)治療小組，也可協助舍友學習紓緩放鬆，享受每一天的生活。

## 有園樂聚小組分享

中心「有園樂聚」園藝小組的成員每天都分工合作，流著汗水，一同投入照顧中心栽種的各種植物。治療助理教導舍友利用有機耕種的方法，不使用人工合成化學農藥和肥料，用心培植出很多富營養和美味的蔬菜。當中舍友能體驗種植的樂趣之餘，亦可領悟人與自然的關係，享受自己勞動得來的成果。





時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
09:30-10:00	有園樂聚 園藝小組 (男舍友)	有園樂聚 園藝小組 (男舍友)	有園樂聚 園藝小組 (男舍友)	有園樂聚 園藝小組 (男舍友)	有園樂聚 園藝小組 (男舍友)	有園樂聚 園藝小組 (男女舍友)
	藝坊 手工藝小組(女舍友)	藝坊 手工藝小組(女舍友)	藝坊 手工藝小組(女舍友)	藝坊 手工藝小組(女舍友)	藝坊 手工藝小組(女舍友)	藝坊 手工藝小組(女舍友)
10:00-10:15	舍友小休					
10:15-11:30	藝坊 手工藝小組(女舍友)	藝坊 手工藝小組(女舍友)	藝坊 手工藝小組(女舍友)	藝坊 手工藝小組(女舍友)	藝坊 手工藝小組(女舍友)	藝坊 手工藝小組(女舍友)
		包裝工作訓練 (男舍友)	社區認知訓練 (男舍友)		包裝工作訓練 (男舍友)	
11:30-11:45	整理小組物資					
11:45-12:00	協助舍友午膳					
12:00-13:00	午膳					
13:00-13:15	整理小組物資					
13:15-15:30	包裝工作訓練 (男舍友)	包裝工作訓練 (男舍友)	社區認知訓練 (女舍友)	包裝工作訓練 (男舍友)	包裝工作訓練 (男舍友)	包裝工作訓練 (男舍友)
15:30-15:45	整理小組物資					
15:45-16:15	有園樂聚 園藝小組 (女舍友)	有園樂聚 園藝小組 (女舍友)	有園樂聚 園藝小組 (女舍友)	有園樂聚 園藝小組 (女舍友)	有園樂聚 園藝小組 (女舍友)	
16:15-17:00	環保植物創作小組	環保植物創作小組	環保植物創作小組	環保植物創作小組	環保植物創作小組	

### SQS-15

服務單位備有處理投訴的政策和程序，並可供服務使用者、職員及其他關注人士閱覽。



本中心意見箱設於接待處，方便服務使用者提供意見。

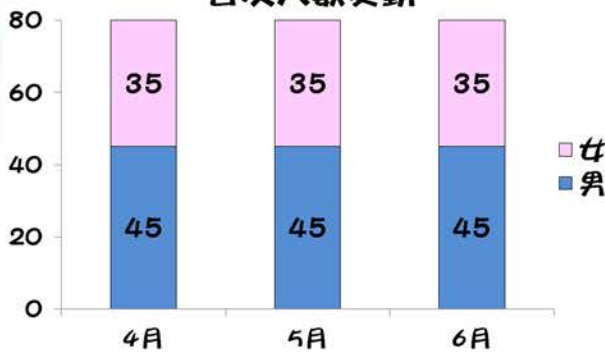
### SQS-16

服務單位備有確保服務使用者免受他人的言語、人身及性侵犯的權利受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。

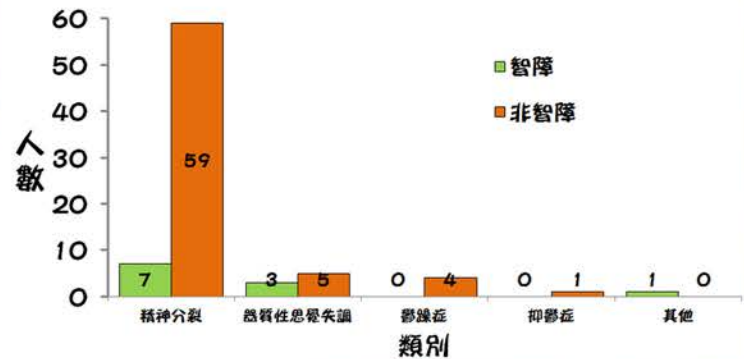


宿舍範圍均有明顯告示，以保障舍友私隱安全。

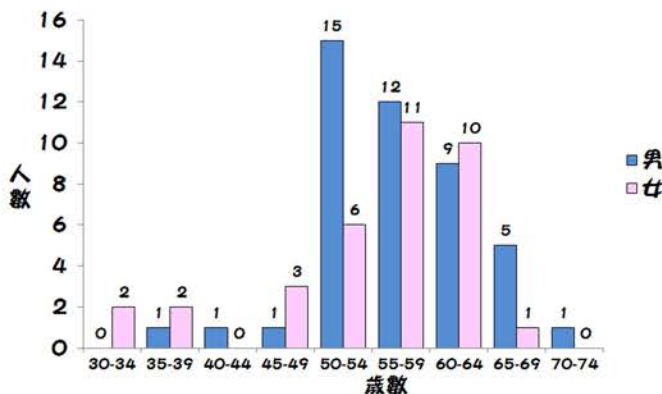
### 舍友人數變動



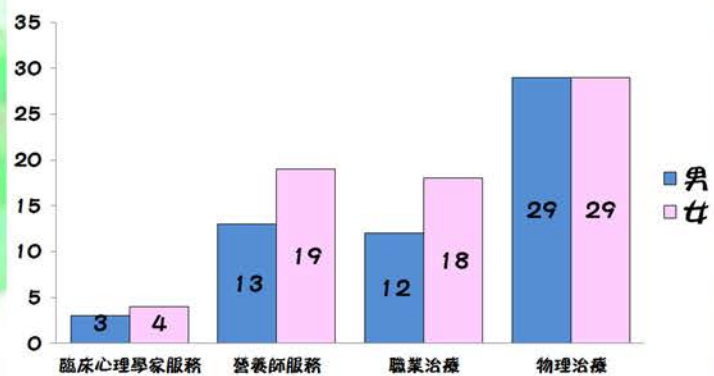
### 舍友精神病類別



### 舍友年齡分佈



### 舍友接受支援服務人數



# 每月精彩活動

## 農莊多面睇

10-4-2017 @ 錦田



多謝生命勵進基金會邀請我  
哋去參與農莊活動嘅!



我哋幫手除雜草同拔芫茜。



我哋用雜草嚟餵山羊，佢哋食得  
好滋味呢!

## 火山之旅

22-5-2017 @ 西貢



嘩!能夠摸到火山岩，真係  
見識不少呢!



今次活動好好玩啊!下次再一齊  
發掘新事物!



我哋都係第一次見未曬乾嘅  
中草藥咋!

## 出前一丁體驗日

20-6-2017 @ 香港國際機場



我們扭動儀器將麵餅  
放進杯麵!



跟住就揀自己鍾意嘅味道!



將杯麵放進包裝機內。



哈哈!杯麵製成了!

# 中心活動

## 國際社義工剪髮



多謝你哋嚟幫我哋剪靚靚!

## 善導會探訪



義工又同我哋傾計又教我哋整嘢食·真開心!

## 名仕淑女工作坊



淑女們使用潔膚海綿潔面



拍上爽膚水·緊緻毛孔



洗個靚面·精神爽利!



睇真啲·仲有邊度未剃呀?

## 房間活動

### 茶聚

06-06-2017



### 宗常聚

26-04-2017



### 屏山歷史遊

19-05-2017



### 屯門tea-tea

26-06-2017



## HomeLike家舍比賽



今次HomeLike家舍比賽用乾花製作掛畫·大家也很努力製作呢!

## 小組活動



際遇

小摺紙大功用

卡紙傳情(四)

桌遊天地2



# 7-9月活動預告))

## 精彩活動

七月 愛生命

八月 保良局賣旗日

九月 武俠世界

## 興趣小組

桌遊天地2 卡紙傳情(II)

正念舒壓 小摺紙大功用

向世界出發 夏日輕鬆Cook

戀舞 際遇 手作仔

## 家屬活動及會議

8月19日... 家屬會

9月23日... 生日會

## 意見箱

如有意見、讚賞、鼓勵及分享，歡迎以書面方式、傳真或電郵交予中心經理吳詩韻姑娘。

電話：2602 0600

傳真：2602 0922

電郵：tswrc@poleungkuk.org.hk

---



---



---

郵票

中心網頁



督印人：吳詩韻  
 編輯委員會：關灝澄 鄭綺雯 李邵恆  
 陳彥祺 茹詠詩 陳翠恩  
 數目：300本

保良局天水圍復康中心

新界天水圍天業路三號社區健康中心大槽三槽及四槽

牌照編號：L0072