



保良局
PO LEUNG KUK



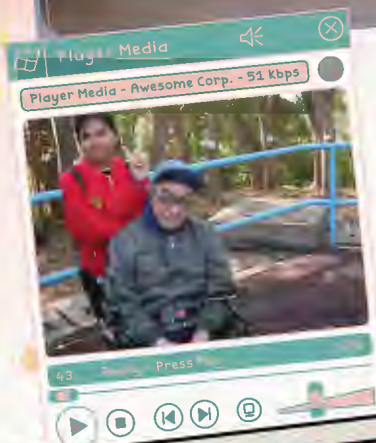
社會福利署資助服務
Subsidised Service by
the Social Welfare Department

嚴重肢體傷殘人士綜合支援服務(新界區)

2025年1-3月中心通訊

服務目的

- 加強為嚴重肢體傷殘人士提供的支援服務，為他們作好離院準備，並配套綜合到戶服務，協助他們全面融入社群；
- 提供援助以供租用輔助呼吸醫療儀器及購買醫療消耗品；及
- 加強對家人/照顧者的支援，減輕他們的壓力。



內容介紹

1. 編者的話
2. 服務質素標準 (SQS介紹)
3. 護士健康站 - 認識脂肪一族
4. 中心動向
5. 社區資助
6. 服務統計資料
7. 人事動向

編者的話 馮潔燕 營運經理

不經不覺，又踏入新曆2025年及農曆的蛇年！新年新願望，祝大家身體健康，保持愉快心情開心過每一天。

今期通訊，除咗介紹新春活動外；今年對服務單位亦甚有意義，因為服務已踏入第10個年頭，感謝一班同事緊守崗位，為大家持續提供優質服務。

2025年會員大會

荃灣及大埔分區分別於2025年1月舉行會員大會，由治療師提供家居運動訓練示範及家居安全講座等，提升個案於家居生活的信心。當日參加者暢遊耆公潭戶外康樂中心，享用設施及親近大自然，並一同聚餐，渡過愉快的一天。



服務質素標準 (SQS)介紹

標準9 安全的環境

服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。

1. 中心提供和有效地保養所有消防設備及其他必需的安全設備，並定期進行火警演習，讓職員認識緊急事故應變程序。
2. 中心定期查察單位內是否有安全問題，如涉及職員或服務使用者的意外或受傷事故，以及當時的處理方法均需記錄在案。
3. 中心器材均需有適當維修，並在適當的督導情況下使用。



滅火筒附有使用方法圖

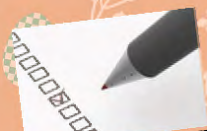


中心備有急救箱

標準11 評估服務使用者需要

服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要(不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)。

1. 中心備有評估和滿足服務使用者需要的政策及程序，而該政策及程序可供閱覽。
2. 透過會員大會及服務問卷等了解服務使用者及其家屬對中心服務的意見。
3. 中心會邀請服務使用者及其家屬共同評估和規劃個別服務計劃，並在制定計劃過程中引用他們的意見。



服務意見調查問卷收集服務使用者及其家屬的意見



服務日誌記錄服務使用者的表現，有需要時作出服務修訂。

標準10 申請和退出

服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。

1. 中心備有讓服務使用者申請接受和退出服務的政策及程序，而該政策及程序可供閱覽。
2. 中心收納服務使用者的政策以一視同仁為原則，如拒收申請服務的人士，會向該申請人陳明拒絕的原因，有需要時會將其轉介到另一適當的服務單位。

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。

1. 中心備有政策及程序，以能在適當時間向服務使用者提供與單位運作有關而影響他們所獲服務的資料。
2. 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作出選擇及決定，而該政策及程序可供他們閱覽。



單位已製備服務質素標(SQS)，
如需索取有關文件或意見表達，
可向服務單位查詢。



中心動向

我們的十週年

10th REMEMBER

單位自2014年11月1日投入服務，至今已經歷10個年頭，感謝一班為中心服務超過10年的同事，一直堅守崗位、表現優秀，持續為單位、服務使用者及照顧者提供優質服務！感謝您！



員工退修日

2024年員工退修日於2025年3月15日在「一對手農莊」舉行，共74位職員參與。
當日活動以團體遊戲及分組活動為主，大家都積極投入。



喜氣洋洋迎新春



義工攝影師趁新年
幫各服務使用者及
家屬拍攝家庭照





護士健康站 - 認識脂肪一族

提起脂肪，很多人都會拒之千里，因為它總被認為是肥胖、心臟病、高血壓等問題的罪魁禍首。其實脂肪是一種重要的營養素，是身體活動的主要熱量來源。就讓我們一同看清楚脂肪的「真面目」。



脂肪的分類及來源



不飽和脂肪：不飽和脂肪可再分單元和多元不飽和脂肪。單元不飽和脂肪及多元不飽和脂肪是健康飲食的重要部分。世衛認為，含豐富單元不飽和脂肪的油（例如芥花籽油、橄欖油、花生油，以及來自堅果及牛油果的油）或含豐富多元不飽和脂肪的油（例如粟米油、葵花籽油、大豆油、紅花油，以及來自油脂較多的魚類、核桃及種子的油）較為有益健康。



飽和脂肪：飽和脂肪使血液更易凝結，進食過多會增加患上中風和心臟病的風險，並促進肝臟製造膽固醇，更會令血液中壞膽固醇水平上升，對健康的不良影響比攝取膽固醇更大！飽和脂肪在室溫下是固體狀態，主要來源是動物性脂肪，如肉類、牛油、豬油及忌廉，而植物性飽和脂肪則來自椰子油及棕櫚油。

適量攝取脂肪



無論是不飽和脂肪或是飽和脂肪，所含的熱量都是相等的，多吃同樣會使人發胖，所以選擇食物時要小心食物中「隱藏」的脂肪，如**即食麵、排骨、連皮的禽肉、全脂奶品類、雪糕、朱古力、沙律醬、果仁等**。



只要以均衡飲食為基礎，**多菜少肉，去肥剩瘦為原則**，再配以低脂烹調方法，便可大大減少脂肪的攝取量。煮食時避免「走油」的習慣，而醃肉時亦不要隨手加入生油，多以**蒸、炆、焗、白焯、少油快炒**等方法烹煮食物，更可用微波爐及易潔廚具來減低用油量。

脂肪的功能

脂肪在身體內扮演多個角色，並有以下的主要功能：

-  **儲存大量熱量**，並在身體需要時轉換釋出，而皮下脂肪則有助維持體溫。
-  **大部分脂肪貯存在脂肪組織內**，而脂肪組織則承擔保護內臟器官的責任。
-  **作為傳送及吸收脂溶性維生素A、D、E及K的媒介。**
-  **脂肪是製造膽固醇、維生素D、膽汁酸及一些荷爾蒙的主要原料。**
-  **脂肪能維持神經系統及皮膚的正常運作。**



資料來源：
衛生防護中心、食物安全中心

電子健康紀錄互通系統

醫健通

eHealth

醫健通聯絡熱線：1823 6262

電子健康紀錄互通系統（醫健通）由食物及衛生局（現稱醫務衛生局）電子健康紀錄統籌處開發，提供一個安全的電子平台，旨在為全港市民建立免費和終身的電子健康紀錄。



- 讓公營和私營醫護機構雙向互通紀錄（例如醫院和診所）
- 自願參與、全港性及以病人為本
- 參加者的健康紀錄以加密電子方式儲存
- 為推行公私營醫療協作計劃提供資訊科技平台

好處 **Good**

醫健通為持續和優質醫護服務提供一個重要的醫護基礎建設。

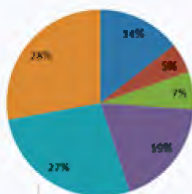
- ✓ 建立安全、終身及全面的健康紀錄
- ✓ 有助提供適時及準確的診斷和治療
- ✓ 可供快捷查閱電子健康紀錄作為參考，促進更有效率及優質的醫護服務
- ✓ 減少重複檢驗及因紙本紀錄而有機會出現的錯誤

誰可參加？
任何持有有效身份證明文件的合資格醫護人員和持有有效證明文件的合資格醫護機構，均可加入醫健通。

為讓單位提供更全面的醫護服務，單位鼓勵服務使用者開設醫健通賬戶，我們會在獲得服務使用者及照顧者的互通同意下，才會閱覽服務使用者的醫療紀錄，如有進一步的查詢，歡迎與護士或社工聯絡。



綜合支援人士年齡分佈比例



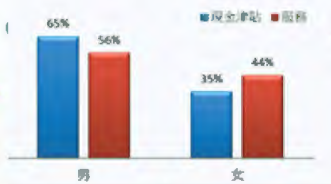
■ 0-14歲
■ 15-24歲
■ 25-39歲
■ 40-59歲
■ 60-74歲
■ 75歲以上

現金津貼人士年齡分佈比例

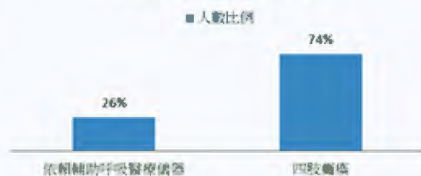


■ 0-14歲
■ 15-24歲
■ 25-39歲
■ 40-59歲
■ 60-74歲
■ 75歲以上

服務使用者男女比例



服務使用者類別分佈比例



居住區域分佈比例



統計資料

(截至31/3/2025)

X
+
-
□
X

<
>
G
服務意見欄

如對本單位服務或活動有任何意見，可填寫服務意見欄並交回中心意見箱。

祝賀

人事動向

歡迎以下新同工加入！

姓名	職位	入職月份
曹磊峰	保健員	1/2025
廖芷淇	護士	3/2025
蘇志鋒	社工	3/2025



中心分隊地址及電話

總辦公室(青衣)

地址 新界青衣青富苑
青隆閣LG 2層

電話 3547 1171

傳真 3547 1170

服務時間 星期一至日，因應服務使用者的需要作出安排

電郵地址 iss.nt@poleungkuk.org.hk

網址 www.poleungkuk.org.hk

分區辦公室(大埔)

新界大埔富蝶邨
社會服務大樓地下低層

2784 1662

2784 1202

分區辦公室(天水圍)

新界天水圍天瑞邨
天瑞社區中心四樓

2154 3818

2154 3889

意見表達

如對本服務有任何意見及建議，歡迎透過書面、傳真或電郵方式交予營運經理馮潔燕姑娘。你的意見有助我們繼續改善及提升服務質素，多謝！

督印人：馮潔燕 (營運經理)

編輯小組成員：余佩華 (基金統籌幹事) 王偉基 (導師) 嚴杏 (文員)

出版日期：2025年5月