



保良局
PO LEUNG KUK

保良局八二顯徑中心 2022年7-9月季刊



7.1 香港慶回歸室內活動

活動透過播放回歸歷史影片、DIY 手工製作國旗及分組遊戲，讓舍友感受回歸氣氛。



目錄

7.1 慶祝香港回歸節日活動	P.1
新員工介紹及編者的話	P.2
中秋室內活動花絮	P.3
流心軟餐 一月餅製作食譜	P.3
7-9 月生日會	P.4
室內午膳活動	P.4-5
活動預告	P.5
醫護資訊	P.6
SQS 資訊	P.7



新員工介紹

大家好，我是9月份新入職的社工陳姑娘，很高興加入82顯徑中心工作，認識了中心各學員、同事及家長，感受到大家的關心與照顧，日後仍需多多向大家請教和學習。因疫情雖然阻隔了與各位家長見面的機會，我們仍要保持正面積極的抗疫態度，相信很快可以與學員及各位家長見面與外出暢遊 ^^



編者的話

社工 陳淑樺

疫情持續反覆，為保障學員及同工健康，中心各崗位嚴格執行衛生防護中心及局方的防疫措施，包括按情況施行感染控制或隔離措施，教導學員注意個人衛生(包括洗手七式、佩帶口罩等)。這些時間有賴各同工緊守崗位，學員的耐性與適應能力共同抗疫。隨著疫情漸趨緩和，未來新一季度，中心亦會舉辦不同的活動及訓練流程，如聖誕聯歡會、生日會、不同種類特色午膳活動，讓學員在中心有多姿多彩的生活!!



慶祝中秋節室內活動

9/9/2022



制作方法：

月餅皮糊：

將白饅頭蒸熟，加入 800g 水、增稠粉、老抽、片糖 100g，放入加熱功能高速攪拌機，以 95 度攪拌 4 分鐘，備用。

蓮蓉餡：

將乾蓮子，加入 120g 水、片糖 10g，蒸兩小時，攪拌 4 分鐘，備用

鹹蛋蓉：

鹹蛋黃 6 隻，加入 50g、片糖 15g、米酒，蒸 20 分鐘。

加入吉士粉 5g，攪拌 4 分鐘，備用

倒模：

將月餅皮糊倒入模中，約三分一高，放涼。

之後加入一湯匙蓮蓉餡、一湯匙鹹蛋蓉。

一點回味——

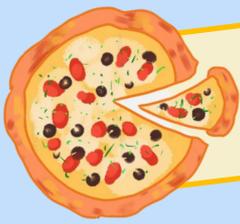
流心低糖蓮蓉月餅食譜：





7-9 月生日會

午膳活動花絮



薄餅多滋味

21/9/2022





Yummy



香噴噴焗飯 24/8/02222

粥粉麵大比併 20/7/2022

So Yummy!

10月

- 1/10 國慶室內活動
- 5/10 午膳活動
- 12/10 午膳活動
- 19/10 午膳活動

活動預告

11月

- 2/11 午膳活動
- 12/11 午膳活動
- 26/11 午膳活動



12月

- 14/12 聖誕聯歡
- 23/12 慶祝聖誕節室內活動
- 28/12 午膳活動



醫護資訊—新冠後遺症(長新冠)

「長新冠」是什麼？

美國疾病預防及管制中心（CDC）定義初次感染後 4 週或 4 週以上，仍持續有新出現、復發或持續性的症狀，綜稱為「後 COVID 症狀（Post-COVID Conditions）」。即大多數 COVID-19 病人在經過 4 週或更長時間後會逐漸好轉。然而，部分病人在康復後可能會出現後遺症影響日常身體活動功能，這些病人通常會在感染後 12 週之內痊癒，但也有一些病人的症狀可能持續超過 12 週或陸續有新的症狀發生。

「長新冠」的常見症狀

- * 極度疲倦
- * 氣短、胸痛或緊繃
- * 記憶力和注意力問題（「腦霧」）
- * 味覺和嗅覺的變化
- * 肌肉關節痛
- * 掉髮、紅疹或潰瘍



「長新冠」症狀舒緩方法

保持運動

每日進行至少 30 分鐘的帶氧運動，以提升新冠康復者的心肺功能及肌肉力量，改善氣促情況。



2. 常思考

「腦霧」是長新冠主要症狀之一，患者的認知功能下降，記憶力和專注力減退。康復者透過生活化之認知功能訓練，有助康復者提升認知功能。例如：嘗試記住購物清單及心算購物總額、做讀顏色字專注力訓練，對思考能力很有幫助。

3. 勤學習

康復者多學習新事物，能夠訓練執行功能、組織及規劃、持久專注力難，以及工作記憶等高階認知功能。

4. 有規律

疲倦及失眠均是常見的長新冠症狀，透過生活作息「有規律」，遵從睡眠健康守則，以養成健康生活習慣。

5. 學放鬆

康復者可進行一些放鬆心情的活動如打坐、拉筋或瑜珈，有助舒緩壓力情緒和精神不佳。



服務質素標準

服務質素知多少?

本中心按社會福利署對受資助非政府機構實施的服務表現監察制度，制定了十六項服務質素標準，詳列製備政策及指引，以確保發展方向和運作質量，並供公眾參考。「服務質素標準」訂明服務單位在管理和提供服務方面應達到的質素水平。「服務質素標準」乃依據以下四項原則釐定，而這些原則列出了福利服務的核心價值；

1. 明確界定服務的宗旨和目標，運作形式應具透明度；
2. 有效管理資源，管理方法應靈活變通、不斷創新及持續改善服務質素；
3. 鑑定並滿足服務使用者的特定需要；以及
4. 尊重服務使用者的權利。

標準 4：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。

1. 中心接待處及壁報板張貼有董事局及中心職員架構圖，顯示決策架構及問責關係。
2. 各級職務及職責備存於服務質素標準文件檔及中心運作手冊，公眾人士可向中心職員借閱。



中心新力軍



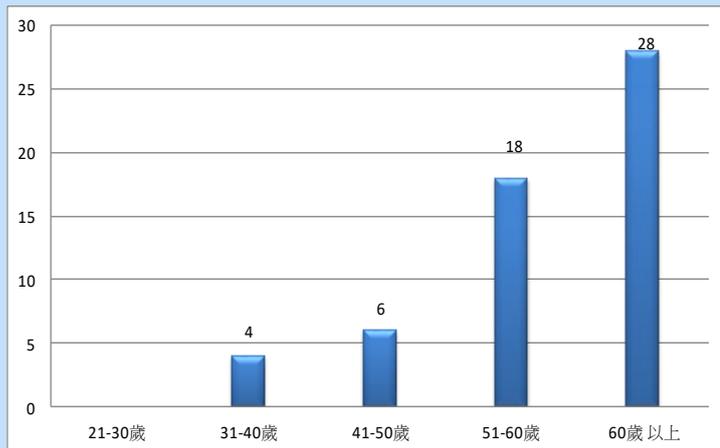
到職日期: 16/8/2022
導師 司徒淑影入職



到職日期: 26/9/2022
社工 陳淑樺入職



服務概況



收額情況

截至 9/2022 止，中心入住率為 100%；
 9月日間部之出席率為 92.19%；
 9月 ECP 服務之登記率為 100%；
 9月住宿部之出席率為 97.50%。

日間暫託服務

月份	人次	時數
7-9	0	0

住宿暫託服務

月份	人次	時數
7-9	0	0

各項活動

項目	人次
戶外活動	0
室內活動	235
義工活動	0

每月學員外診及專業到診統計

項目	7月	8月	9月
外展精神科員(ORT)	0	0	0
到診註冊醫生(VMP)	7	7	7
專科覆診	8	8	10
普通科覆診	8	15	9
急症	3	2	4
入院	0	2	2

專業治療服務

項目	到訪次數	人次
臨床心理服務	1.5	6
職業治療服務	13	78
物理治療服務	0	0
言語治療服務	6	8

意見反映

如對服務有任何意見或讚賞、鼓勵，歡迎與我們聯絡或來函，你的意見有助提升服務質素，令日後服務更完善。



加入義工行列

如社區人士不論團體或個人，有興趣加入義工行列，歡迎致電本中心 26056801 與社工聯絡，我們正期待你的參與！

督印人：副經理 李慧敏 製作人：社工 陳淑樺
 印製日期：10/2022 印刷數量：50份