

## 活動預告



工場摯友社

7 / 2016	好玩遊戲 自製 HAPPY 午餐
8 / 2016	手工藝多姿彩 運動健將
9 / 2016	中秋花燈 小型競技



宿舍摯友社

7 / 2016	美味伴吃 歡樂傳千里
8 / 2016	嘻哈玩樂 玩轉黃金屋
9 / 2016	健體心悅 「月亮」在手中



童軍 1428 旅

7 / 2016	文康活動日 步操及繩結練習
8 / 2016	健康沙律製作 步操及繩結練習
9 / 2016	週年活動旅行 步操及繩結練習



單位活動

7 / 2016	家屬會議 房間旅行-丁香文竹房
8 / 2016	工場生日會 學員消防講座
9 / 2016	賣旗日 外展醫生講座

如對服務有任何意見或建議，歡迎來函與我們聯絡，您的意見有助提升服務質素，令服務日臻完善。

保良局景林宿舍  
將軍澳景林邨景榕樓地下及一樓  
電話: 27015333 傳真: 26232105  
電郵: kinglam@poleungkuk.org.hk

保良局余堯榮紀念工場  
將軍澳景林邨景榆樓地下  
電話: 2706299 傳真: 27067070  
電郵: yueyiusun@poleungkuk.org.hk

<<殘疾人士院舍條例>> 豁免證編號: C0710

督印人: 黃劍影主任 製作人: 何宏廣



保良局 余堯榮紀念工場  
景林宿舍

季刊 63 期 2016 年 4-6 月

## 編者的話

夏天真正來臨了！持續多日的高溫，大家記得多補充水份，以免中暑！雖然如此，夏天亦是外出活動的好時機，今期季刊刊登出各式各樣活動，讓大家回顧過去一季的單位動向，未知會不會在相片中找到你的踪影呢？



## 特「飾」便服日

為響應局方的籌款活動，2016年6月15日單位舉行了保良局特「飾」便服日，主題定為「奧運健兒」，配合年度的體育盛事，讓學員於活動當日著上鮮艷的紅色上衣返回工場。當日各人的衣著奪目非常，亦盡顯職員、學員齊心及歸屬感；加埋精心準備的道具，在顏色構圖、形象設計上均贏盡全場！





## 年度計劃

一年之計在於春，在每年 4 月新財政年度開始，正是計劃新一年單位的新工作新目標。

新年度單位將以「活得健康」為服務主題，在日常訓練、活動以及服務安排，均會圍繞這個概念而作出調整及設計，讓學員除了在工場內做得開心、在宿舍內住得舒適外，更可以在服務中得以滿足身心的需要，從而回應不同年齡及不同照顧程度的學員要求。

### 訓練方面

- 每位宿生接受最少1項與自理或健康相關的個別訓練；
- 醫護組會按學員的個別需要作重點訓練，培養健康生活；
- 除工作訓練外，工場導師亦會安排部份學員進行與身心健康相關的訓練；
- 小組訓練：社工、護士及活動助理將為家屬、學員提供與「健康」有關的小組活動。

### 活動方面

- 各房間及小組旅行均以健康元素設計活動；
- 童軍、摯友社活動增加以運動為主題的內容；
- 於星期六或日增加「伸展運動鬆一鬆」流程，培養運動興趣；
- 設立早晚的運動時間，讓學員在單位內有運動的機會。

### 膳食方面

- 推出「食得健康」為主題的菜單，每星期一次提供紅米飯及菜飯；
- 夏季6至9月午餐，新增每星期一次保健涼水，消暑解渴；
- 每月提供一餐全素餐，鼓勵多菜少肉的飲食習慣；
- 宿舍早餐增加高纖類別的食物。

## SQS 知多一點點

唔知大家知不知道以下兩個箱子，放置於單位哪兒呢？



其實這兩個是單位意見箱，它們有個神聖的任務，就是收集大家對單位的意見，這亦是 SQS15 要求：

標準 15 每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。

如果大家對我們的服務有任何意見，其實可以選擇使用以下任何一個方法：

1. 將已填寫的「服務意見 / 申訴表格」(放置在意見箱的旁邊)，然後投放在工場或宿舍正門的意見箱。而單位會定期收集箱內的表格以作跟進
2. 如涉及單位層面的意見反映，可直接致電單位與 黃主任聯絡
3. 亦可選擇以電話、郵寄、電郵等方式把意見傳遞至總局 助理社會服務總幹事 (康復) 郵寄地址或電郵地址可在以下保良局網頁中了解 [Http://www.poleungkuk.org.hk/contact.html](http://www.poleungkuk.org.hk/contact.html)







## 齊齊參觀齊齊睇

2016年5月28日 圓玄學院中學生參觀



當日有十數位南亞裔的同學來宿舍參觀，除了帶來印度歌曲及好玩的遊戲外，更精心教授學員利用乳酪、咖哩粉、洋蔥、青瓜、紅腰豆等材料製作尼泊爾沙律，透過是次機會除可向學生介紹服務外，更可讓學員認識不同地方的文化及飲食習慣，成效可算是雙得益彰呢！



2016年6月24日 主席總理參觀

保良局本年度董事局郭羅桂珍主席、陳黎惠蓮總理、林承毅總理及嘉賓鄧日強先生光臨單位，了解服務的最新動向。而單位的特能童軍亦以最高規格的敬禮向我們的嘉賓致謝。



## 健康資訊

6月7日由保良局第一綜合健康中心的吳醫生向單位職員提供了醫護講座，內容為「腦癇症的成因及處理方法」。有關健康資訊與大家一同分享。

### 腦癇症的種類及徵狀

1. 全身僵硬 - 病人突然跌倒，四肢硬直。
2. 全身軟弱 - 病人突然全身肌肉放鬆，跌在地上，不醒人事。
3. 陣攣抽搐 - 病者可能昏迷或清醒，四肢突然抽搐，或和其他癲癇式一起出現。
4. 失神 - 病人有幾秒鐘失去知覺，通常不會倒地或抽搐，間中眼皮會頻密動。
5. 局灶性腦癇 - 大腦的某部份功能受到干擾，影響記憶及情緒功能，並出現怪異行為。

### 腦癇症的發生成因

起因通常為腦袋無故失常，發放不正常的腦電波，令身體失去協調及控制能力，所以短期失去意識及出現失控行為。腦癇症的成因有很多，常見的是出生時難產或缺氧、發高熱、腦腫瘤或其他病變等等。

### 緊急處理方法

1. 保持冷靜，讓病者側身躺下，不要移動病者
2. 移開身邊所有危險物品如利器、電器等，以免發生意外
3. 不要一大班人圍着病者，保持空氣流通
4. 不要強塞東西進病者的口中，更不要把手伸進去，這樣並不可以防止舌頭被牙咬傷，反可能會令患者甩牙
5. 若發病情況持續約5至10分鐘，宜召救護車
6. 病發過後，病者出現神志不清、疲累、失憶等情況屬正常，應好好休息讓身體復原。



## 伊利沙伯女皇弱智人士基金

宿舍連續數年獲得伊利沙伯女皇弱智人士基金撥款贊助，使學員有機會接受專業的才藝訓練，令他們的才能獲得發展外，更重要是在社區內表演時，增進學員的自信心，對提昇個人能力感及形象有莫大幫助。

本年度單位嘗試透過揉合音樂及舞蹈，一邊進行敲擊樂表演一邊演出啦啦隊舞。現在我們仍密鑼緊鼓地進行特訓，預期在下半年登場，暫時已安排在特殊學校畢業典禮、荃灣區商場內表演。今期季刊先讓大家看看籌備時的花絮；至於表演的照片就留待下期季刊公佈！

### 裝身篇



### 練習篇



## 家屬活動



在 2016 年的 4 至 6 月，單位獲攜手扶弱基金贊助，舉行了 2 次家屬活動，分別於宿舍舉行了一次名為「茶茶是道」的家長支援小組，內容與正向心理學的原素和生活上的實踐方式。另一項活動則是烘焙小組，邀請學員及其兄弟姊妹一同參加，透過製作特色西餅增進彼此關係。就與大家一起分享活動的花絮啦！



2016 年 6 月 4 日  
步步糕升 兄弟姊妹共聚活動



用默想、靜思來放鬆心情



各自抽張正面語句的心意卡先~



人人都是畫家~ 用顏色表達感受

2016 年 6 月  
茶茶是道小組



# 親子出遊迎夏日

每年單位均會在春暖花開的 4 至 6 月舉行小組旅行活動，讓學員走出單位，放眼社區，渡過快樂時光外，更使家屬、義工及職員有互相聯繫、交流心得的機會。  
現在與大家一同分享這些快樂回憶！

工場第 2,3 組的維園、樂在東區旅行



工場第 5,6 展藝組的荃灣之旅



工場第 1,4 組的港島旅行



宿舍百合紫荊房的沙頭角旅行



宿舍海棠玫瑰房及蓮花松柏房火龍果農場之旅







# 義工服務面面觀 (工場篇)



健體 FIT — FIT



父親節禮物制作



自製健康小食



週末好戲



童軍 — 父親節小手工



# 義工服務面面觀 (宿舍篇)



精心時刻 — 手工藝篇



夏日微風 — 借書篇



沙律工場 — 果盅篇



再遇彩虹 — 社區認識篇



美食廚房 — 三寶篇



## WEP 樂耆組資訊

樂耆組在新一年度加入了不同的訓練原素，目的只有一個...  
就是希望可帶給學員多姿多彩的特色訓練。



儀容訓練



認知訓練



雙手小肌肉訓練

下肢肌肉訓練



## 防跌資訊



根據一項由香港大學在 2005 年進行的調查，每 1000 位長者當中便有約 200 位曾有跌倒的紀錄。表面的傷口雖然較易復原，但因跌倒而產生的後遺症卻不容小覷，例如活動能力減低、自我照顧能力下降、對行走有心理陰影等等。當然最好的解決方法就是掌握減低跌倒的方法，預防勝於治療啦 !!

### 第 1 招：防濕防滑

在浴室及廁所門口  
使用防滑地墊



穿著防滑鞋、切勿踩鞋踭

正確使用助行工具



第 2 招：保持暢通  
在走廊及通道上減少擺放雜物

第 3 招：光線充足  
對環境一目了然，自然不會絆倒啦



資料來源：醫管局單張 - 長者防跌錦囊





## 職業治療資訊

因應社署對服務使用者老齡化的照顧需要，在 2015 年 10 月起，於中度智障人士宿舍增加職業或物理治療服務。而宿舍自 2016 年 3 月開始亦已為學員提供相關服務。或許大家容易把職業治療及物理治療兩者混淆，其實物理治療是透過運動或其他器材的功效來治癒個人肌能上的不適；而職業治療則著重個人與環境的適應，所以治療方向除針對個人的健康上需要外，亦會選購一些合適的工具或設計合乎需要的流程，以幫助學員在單位內無障礙地生活。



2016 年 5 月：職業治療師向學員講解搬運重物注意事項



2016 年 6 月：職業治療師教導學員可強化關節筋腱的健體操

## 活動預告

未來數月單位將舉行數項大活動，包括於 10 月舉行的離港活動及 11 月的家長日。據悉今年的離港旅行將選址為廣東省短線旅行團，希望可與大家一同暢聚同玩渡過快樂的 3 日 2 夜！所以有興趣的家屬和學員記得檢查下你的回鄉証是否仍有效啦！而 11 月的家長日亦正在尋找合適的場地，再有新消息會儘快向大家公佈。

## 單位服務概況 (4- 6 月)

駐機構職業治療服務						
項目	景林宿舍			余堯榮紀念工場		
	4月	5月	6月	4月	5月	6月
探訪次數	2	2	2	2	2	2
接受職業治療個案	3	7	8	7	5	7
接受職業治療服務	3	5	3	6	5	1
評估服務次數	0	0	5	0	2	6
諮詢服務次數	0	3	0	2	0	0

駐機構臨床心理服務						
項目	景林宿舍			余堯榮紀念工場		
	4月	5月	6月	4月	5月	6月
探訪次數	2	2	2	2	2	2
評估服務次數	0	0	0	0	1	0
治療服務次數	2	2	1	4	3	4
個案數量	2	2	2	2	3	3
諮詢服務次數	0	1	1	0	2	0

## 人事變動

人事變動：

- 到職同事：(左起) 工場活動助理梁露茜姑娘 (梁姑娘) (5/4)、宿舍護理員方少迎 (少姐) (16/5)、保健員宏鳳恩姑娘 (宏姑娘) (5/6)



- 離職同事：4月) 宿舍導師 鄧埕澍姑娘  
5月) 宿舍保健員 何珍珍姑娘、樂耆組護理員 鍾明蓉姑娘  
6月) 單位護士 張嘉靖姑娘、宿舍導師 朱曉瑩姑娘

單位	職位	空缺
宿舍	護理員	2名
	導師	2名
	半職職業治療師	1名
單位	護士	1名
樂耆組	護理員	1名