



保良局

余堯燊紀念工場

景林宿舍

第 61 期季刊

2015 年 10-12 月

編者的話

「一年開始、萬象更新」踏入 2016 年，我們有很多新希望和祝願，並為新一年定下目標努力奮鬥！農曆新年快到啦！為迎接猴年，今期季刊內容特別豐富，包括：家長學員聚首一堂的「家長日」、普天同慶的「聖誕聯歡 2015」、推廣殘疾人士就業的「飛越障礙、展現才能」計劃、傷健合作的「富城集團企業手作坊」等，使學員有更多機會接觸社區，建立自信，融入社會。



家長日



企業手作坊



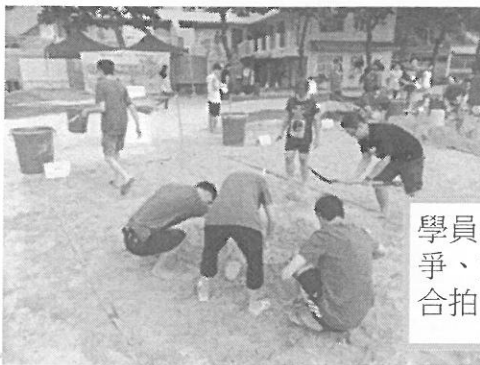
殘疾人士就業 教育工作坊



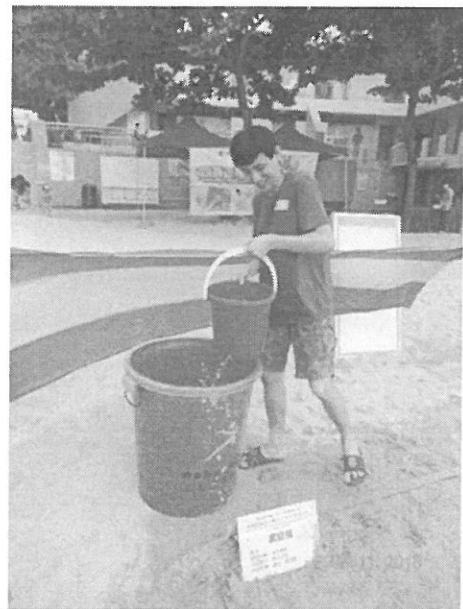
聖誕聯歡

堆沙比賽 2015

8/11 一年一度由康樂及文化事務署舉辦的堆沙比賽，於西貢清水灣進行。工場派出 4 名學員及 1 名義工應戰，分工合力下，堆砌數隻不同大大小小的海龜，十分可愛，充份發揮創意，並達致傷健共融的精神。結果，單位獲得展能組冠軍。現在與大家分享當日的剪影啦。



學員與義工分秒必爭、努力堆沙，幾咁合拍。



要搬很多水堅固沙堆，加油！



要砌出比賽作品，就要努力挖多 D 沙先得！



哈哈...我們的作品獲得冠軍呢。



我們創作的成果，看，幾美麗！

聖誕聯歡 2015

聖誕聯歡於 29/12 舉行，當日有 130 名學員及 13 名家長參加。大家往歷史博物館欣賞香港懷舊風情後，便到酒店享用豐富美食的自助餐。



昔日的涼茶舖……



舊香港的兒童原來是坐在街上看漫畫。



各位聖誕快樂，yeah!



普天同慶，共渡天倫!!



自助餐可以與家人慢慢歎，真好!



食得好味、坐得舒服，下次再去呢!



哈哈... 今次聖誕聯歡好開心，約定下年再去!



酒店環境佈置很有聖誕氣氛呢，大家開開心心渡過!

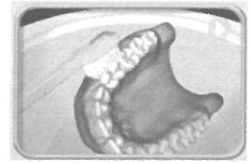


知多D、醒一點(二)

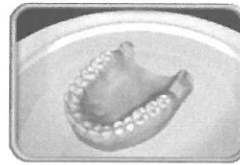
清潔活動假牙（假牙托）

牙菌膜會黏附在假牙托表面，要保持口腔及假牙托衛生，必須每晚臨睡前把假牙托除下加以清洗。

※ 首先在洗手盆內注入適量的水，以免假牙托因掉在洗手盆而碎裂；然後用牙刷搽些洗潔精徹底清潔假牙托的每部分，最後用清水把假牙托清洗乾淨。



※ 把清潔的假牙托放在清水中浸過夜。



假牙托不潔的後果

※ 長期配戴不潔的假牙托，可能會導致與假牙托接觸的口腔黏膜出現紅腫、疼痛、潰爛等情況，醫學上稱這情況為 牙托性口炎。

注意事項

- ※ 避免使用牙膏清潔假牙托，因牙膏中的微粒粗糙，會磨損牙托表面，讓牙菌膜更容易積聚在假牙托上。
- ※ 在不用戴假牙托時，應把它浸在清水中保持濕潤，以免變形。
- ※ 如果假牙托碎裂，應盡量檢回所有碎片，並帶同往見牙科醫生，尋求幫助。

職安健講座



2/11 由工場外展清潔工作的職員，為 27 名學員進行外展清潔安全講座，內容包括正確搬運重物、工作環境安全、正確使用清潔工具等知識，溫故而知新。



講解水靴的用途及保養方法。



示範正確戴口罩的方法。

愛心關懷日

辦「愛心關懷日」，讓企業員工認識殘疾人士的工作，
的訊息，亦推廣殘疾人士的工作潛能。



加油! 我們分工合作，一定勝!



你看，我們群策群力，發揮互相合作精神!



唔知點做?就由學員助教話比你聽啦!



學員親身示範手工藝製作，很詳盡!



企業員工與學員投入參與，氣氛融洽。



幾有隊型，大家影張大合照啦!

輕輕鬆鬆、逍遙樂

宿舍活動

4/10 歡樂卷一卷



做壽司，未試過，要比心機。

有義工探訪、又有節日慶祝活動，並且關顧學員的健康需要，總之是全人照顧啦。

18/10 懷舊小遊戲



義工一齊玩，樂融融。

8/11 闖盪機場



免費乘車日，搭機鐵去機場。

15/11 創意宇宙



自製匙扣，好靚。

6/12 聖誕行大好運



尖沙咀燈飾佈置，靚到「眼花花」。

20/12 甜蜜聖誕



薑餅人製作，好好味呀!

18/12 保良局
蔡繼有學生到訪



9/11 港大牙科
免費檢查服務



8/11 童軍參觀
國泰城

學員送贈紀念品致意。



「職業康復延展計劃 ~ 樂耆組花絮(二)」

節日活動



聖誕節義工探訪。



生日會慶祝。

智能鍛鍊



更新天氣報告訓練。



壓紙機手工藝訓練。



水彩畫創作訓練。

社區接觸



使用公園健身設施。



超市購物。



素食店享用齋宴。



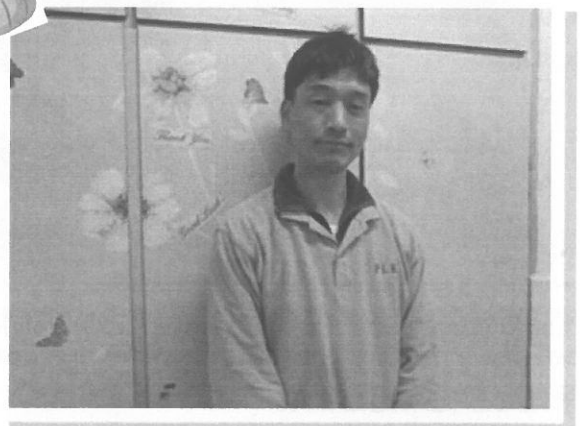
單位服務概況 (2015 年 10-12 月)



項目 \ 月份	臨床心理服務			職業治療服務		
	余堯燊紀念工場/景林宿舍			余堯燊紀念工場/景林宿舍		
	10 月	11 月	12 月	10 月	11 月	12 月
探訪次數	2/2	2/2	2/2	2/2	2/2	2/2
評估服務次數	2/0	1/0	0/0	0/1	0/0	0/0
治療服務次數	3/1	3/0	3/0	6/7	5/5	5/5
諮詢個案次數	0/0	0/0	0/0	0/1	1/0	1/3
個案數目	2/2	2/2	2/2	6/9	6/6	6/8



人事變動



歡迎住宿導師朱曉瑩姑娘於 20/11/15 入職，為宿舍注入新力量。

廚師陳建明於 7/12/15 入職，為我們帶來美味的饌菜。





活動預告

工場摯友社

宿舍摯友社

童軍活動

1/2016	健身操
	景賢里遊
2/2016	打邊爐
	行山樂
3/2016	遊戲齊齊玩
	義工聯誼

1/2016	意式風情
	萬千世界
2/2016	喜迎猴年
3/2016	友義相伴

1/2016	新春小食製作
	步操及繩結訓練
2/2016	新春行大運
	步操及繩結訓練
3/2016	行花展
	步操及繩結訓練

健康專欄



均衡飲食的原則

少煙酒

勿偏食
種類要多元化

少吃
油·鹽·糖

奶類
* 每天選用
低脂 / 脫脂奶、
奶品或豆品
1-2杯

蛋白質類
每天
瘦肉類4-7兩 *

新鮮食物
比加工及醃製
食物為佳

蔬菜類
每天吃不少過
6-8兩
* 少油炒

水果類 *
每天2-3個

注意 均衡飲食，並要
多做運動，保持理想體重
少吃 甜食、高脂肪
食物及高鹽份食物

五穀類
* 每天
3-6碗

勿吃過飽

素葷雙配
最合宜

每天水份6-8杯 *

Hong Kong Nutrition Association Ltd
香港營養學會

© 2009 Chik Kuo Yip Design Foundation Ltd

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

保良局余堯燊紀念工場

地址：將軍澳景林邨景榆樓地下

電話：2706 2998

傳真：2706 7070

電郵：yueyiusun@poleungkuk.org.hk

保良局景林宿舍

地址：將軍澳景林邨景榕樓地下及一樓

電話：2701 5333

傳真：2623 2105

電郵：kinglam@poleungkuk.org.hk

<<殘疾人士院舍條例>>豁免證明編號：C0447

印刷數量: 150份 印刷日期: 12/2015

督印人: 黃劍影主任 製作人: 余禮琪