



保良局
PO LEUNG KUK

油尖旺改善家居及社區照顧服務

油樂新知 第七期(2021年10-12月)

生活「活」起來

人類是社交的動物，生活中能因與他人互動的交流而產生愉悅、豐富生活。長者可以為自己建立漸進式的退休生活，例如養成簡單運動的習慣、參加社區舉辦的活動、多參加家庭聚會等。今期刊就與大家分享過去數月長者參加活動的花絮及感受，一同讓生活「活」起來。



迪士尼雪亮聖誕



家庭照樂繽紛



電影同樂日



日式按摩

歡「TEA」鬆一鬆



樂齡科技知多D

紓緩痛症知多D



電療機係乜東東?

正確名稱為「透皮層神經電刺激」，英文為 Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation，俗稱為TENS機，亦簡稱叫電療機，是物理治療一項常用及有科學實證的治療儀器，原理是透過電流刺激皮膚表面的神經線，阻止痛楚的訊息傳遞至腦部，從而減低痛楚的感覺。



電療機有咩好處呢?

輕巧，易於攜帶，適用於家居服務；方便，只需使用乾電池，操作較為簡單。



電幾耐先足夠呢?

一般來說，使用20-30分鐘已能達致理想的治療效果。



咩人唔適合做電療機?

有皮膚敏感、破損或感覺異常，另有心臟起搏器，或金屬植入物，均不適合使用。



『如對上述資訊有疑問，歡迎聯絡物理治療師。』



活動回顧

迪士尼雪亮聖誕 15/12/2021

本單位帶同長者及護老者同遊迪士尼，一齊體驗奇妙世界，感受聖誕氣氛，歡欣地與卡通人物共渡時光。以下是其中的一些花絮。



你好，小雄維尼



聖誕節點少得同聖誕樹影相



觀賞聖誕表演

戴3D眼鏡，感受3D卡通劇場



大合照，人材濟濟



鴨仔團，大家都好乖跟住姑娘行



等上船體驗森林河流之旅

電影同樂日

24/11/2021

暢快體驗

今次帶老友記去北角匯試法式西餐，之後再邊睇戲邊用按摩椅按摩。



食得好滋味

一路按摩一路睇戲，
原來都幾爽



周伯伯：整個旅程好
開心，套戲都好感動

李婆婆：食物好味，職員
照顧週到，滿意行程安排

活動回顧

日式按摩歎「TEA」鬆一鬆

29/10/2021

帶領會員及護老者體驗
按摩及嘆英式下午茶。



按摩完訓覺都好D



食得津津有味



按得好舒服



第一次試英式下午茶，
影返張相留念先

家庭照樂繽紛

家庭照對很多家庭來說，是一件重要的東西。本單位希望為長者帶來美好回憶，促進融洽，邀請專業攝影師進行拍攝，過程中可以互動溝通，共同見證親密時光，照片可珍藏留念及細味，使幸福不止一刻。



女兒心聲：

小時候曾與父母親及兄弟妹拍攝家庭照，但自父親離世後，就沒有再拍攝。得悉保良局舉辦家庭照活動，便與母親及家人商量並決定報名參與。雖然今次兄弟妹未能出席拍攝，但只要拍攝到一家大小，開心的照片，已經好滿足。

與日常的照片不同，四代同堂一同正式拍家庭照，不是容易的事，當然很開心！而且對媽媽來說，曾孫是她最疼愛之寶貝，給了她心靈上很大的安慰，所以可以一起拍攝，特別興奮。我們作為子女的，很簡單，只要媽媽開心便成。

因第二天就是她97歲生辰，拍攝完成後，全家人出外晚宴和她預祝生日，大家心情都很好，很開心，媽媽話題也多了！

後記：照片中會發現有外傭姐姐的身影，家人好感恩遇到好的外傭，悉心照顧婆婆，彼此的關係良好及融洽，仿佛成為家庭其中一份子，所以特意與姐姐一同拍攝，留下美好回憶。



會員姓名：江鳳珠

情同姊妹 情深意重 ☆

相識經過

小妹(淑儀)一直住在港島區，大約在10年前搬往油麻地，人生路不熟。聽朋友介紹加入長者中心，機緣下於太極班認識華姐，轉眼已認識近十年，感情與日俱增，關係尤如親姊妹。

每星期日飲茶便成為指定節目。多年來，互相扶持(如陪診)、互相享樂(如一同旅行)。華姐的家人亦很關顧小妹。

華姐感受：

當收到淑儀邀請後，心裡很高興，可以兩姊妹一同拍照，留下回憶。加上很少到影樓拍攝，心情雀躍。見到靚靚作品後，心情靚爆鏡。

淑儀感受：

多謝保良局，感恩可以一齊拍攝，想不到這個年紀，仍可拍攝一輯美麗的相片，從相片中，見證住我倆的友誼及關係。亦多謝攝影師教導我們擺pose，讓我們輕鬆地進行拍攝。



會員姓名：溫淑儀

樂齡科技展

4/11/2021

展覽展示各樣的科技產品，保良局當然都有參展，並介紹不同的樂齡產品，大部分參加者主動接觸不同類型的攤位，體驗新科技及體感運動遊戲，覺得新奇及開闊了眼界。

保良局職員
向會員介紹
產品



機械手掌又
幾得意



流心軟餐
賣相咁好



終於有機會
滑雪



原來踩單車
可以咁好玩

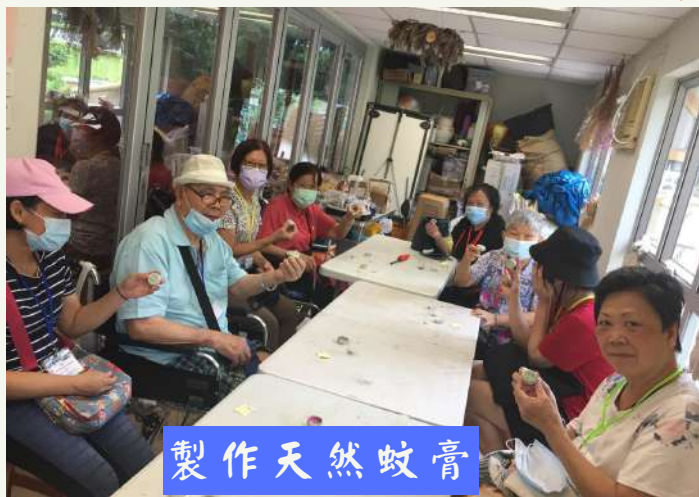


大合照時間



智能拐杖
功能多多





製作天然蚊膏



製作香草小盆栽

老有所為 2021-2022

綠惜足跡樂頤年

今年度的計劃已完成，主題為綠色生活元素及環保概念，舉辦了不同工作坊，如製作天然蚊膏、低碳鳳梨酥、香草小盆栽等。活動讓長者發揮創意及完成製作，活到老，學到老。

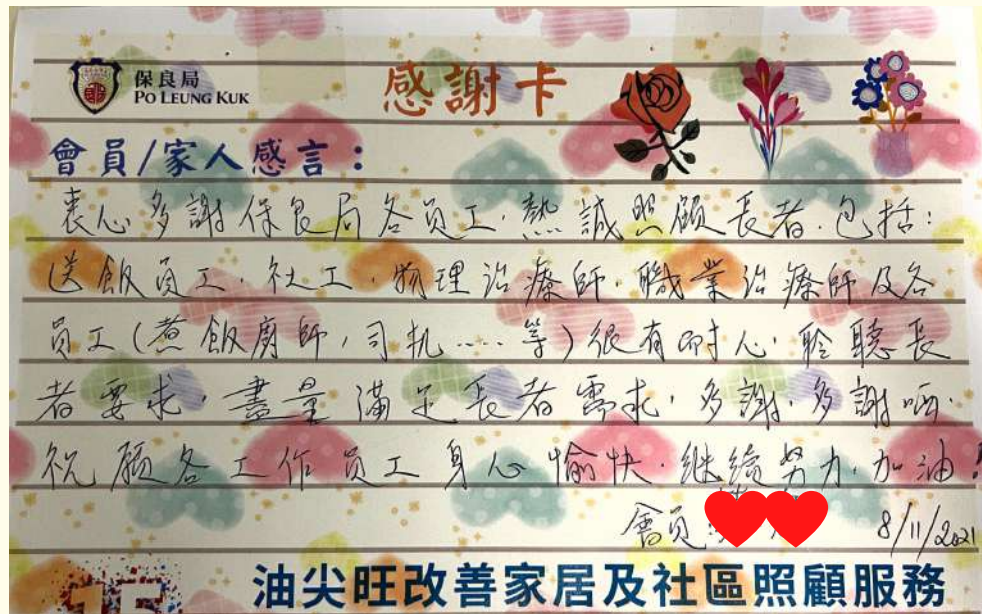


製作低碳鳳梨酥

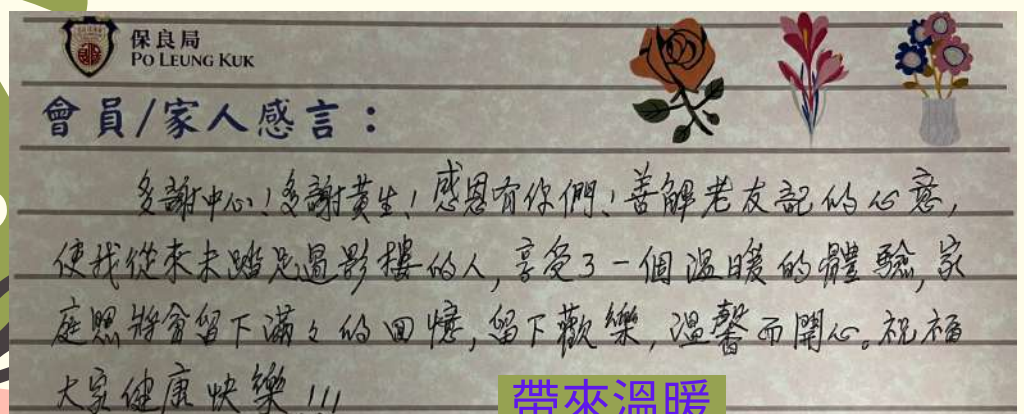
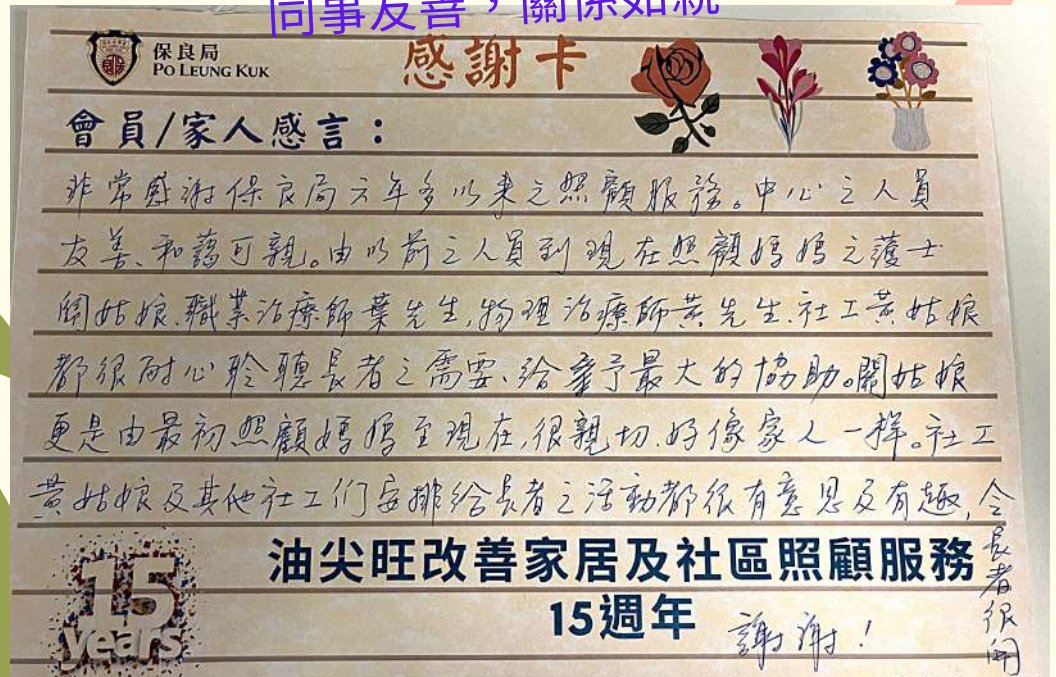


讚賞之言

多謝同事有耐性、聆聽長者需要



同事友善，關係如親



帶來溫暖
及歡樂

讚賞之言



(甲) 讚許/意見事項

事發日期 / 時間: 疫情一年多以來 單位名稱: 個人

讚許事項: 保良局無論上門服務員,姑娘,護士,治療師以至接聽電話的職員都很有耐性,了解老人需要,態度和善,減輕老人的痛苦,鼓勵老人的意志,在疫情困苦中振作,不愁孤立。

對中心建議: 繼續安老保良

感激同事在疫情期間的專業服務

保良局 PO LEUNG KUK

感謝卡

會員/家人感言:

媽媽每星期一次的復康活動得到合適的治療方案及細心關懷!

媽媽加入保良局服務後,變得心曠神怡,活在當下,感激貴局各姑娘及社工們悉心照顧家母,感激萬分,謝謝!

祝願各位生活愉快,身體健康!

**使用服務後
變得開心**

油尖旺改善家居及社區照顧服務

15週年 9-11-2019

服務質素標準

標準6：服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。

標準7：服務單位實行政策及程序以確保有效的財政管理。

標準8：服務單位遵守一切有關的法律責任。

標準9：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。

如對本中心/服務有任何意見或建議，
可即時向當值職員提出或聯絡下列負責人。
你的意見有助我們持續改善，提升服務質素，
令服務達至臻善，多謝支持。
歡迎透過以下途徑向我們提出：

負責人	陳若祺女士 (單位主任)	劉惠倫先生 服務經理(安老)
地址	九龍佐敦道51號利 僑大廈10樓C-D室	香港銅鑼灣禮頓道66號 保良局莊啟程大廈5樓
電話	35651912	22778198
傳真	34604977	28902097
電郵	ehccs.ytm@poleungkuk.org.hk	soc.admin@poleungkuk.org.hk