



保良局
PO LEUNG KUK

安老院舍外展專業服務試驗計劃(荃灣及葵青區)

2020年12月季刊

「葵」手共創。「荃」揚關愛

疫情下，本單位將繼續推行「耆樂一點通」平板電腦借用計劃。物理治療師、職業治療師、言語治療師及社工透過平板電腦與院友進行視像服務。即使疫情期間，院友仍可進行復康訓練及參與社交活動，維持身心健康。

院舍對「耆樂一點通」平板電腦借用計劃反應熱烈，目前已有46間院舍參與。各院舍可視乎院友需要，向我們借用額外數量的平板電腦。有興趣的院舍歡迎聯絡我們，了解有關平板電腦借用及視像服務。



督印人：嚴曉玲 主編：李雪慧 陳詠嵐 梁敏婷

全力為你做到最好



防疫物資

近日疫情持續，大家緊記做好個人防護工作，包括戴口罩和勤洗手。為了確保院友有足夠的防疫裝備，我們於11月期間向各私營安老院舍及合約院舍派發防疫物資，包括口罩及搓手液，實行齊心抗疫。



聖誕裝飾

聖誕節即將來臨！你會如何慶祝聖誕呢？我們於12月向各私營安老院舍派發聖誕裝飾，包括聖誕樹、聖誕帽及造型眼鏡，希望增加院舍節日氣氛。慶祝節日的同時，大家不妨在聖誕裝飾旁拍照留念！



冬至蜜柑



為了讓院友渡過一個甜甜蜜蜜的冬至，我們特意購買了日本蜜柑，於冬至前夕派發給各院友。希望各位細味品嚐，為大家在冬天添上一份暖意。





吃得到的高心



保良局
PO LEUNG KUK

保良局「回味」流心軟餐

為提升吞嚥困難人士的生活質素，保良局由2014年開始鑽研軟餐科技，致力將傳統糊蓉餐變成色、香、味、形俱備的軟餐，並保留食物原汁原味，以增加長者食慾。

保良局安老服務製作了流心軟餐食譜及教學影片，並已上載至YouTube。當中收錄了為吞嚥困難人士設計的45道菜式，讓你在家也能為至愛製作軟餐。

如果想更進一步了解「回味」流心軟餐，可掃描以下QR code，瀏覽保良局「回味」YouTube頻道。



回味寶

流心軟餐烹飪培訓班

本單位現正推行流心軟餐烹飪培訓班，誠邀護老者、院舍職員、餐飲界、醫護界等從業員參與，讓大家認識吞嚥困難人士的飲食需要，掌握軟餐製作的技巧。

即場教授烹調一湯一餸（包材料）

當天出席活動人士可獲「回味」流心軟餐食譜

如有任何查詢，請致電3841 7733與簡先生聯絡



保良局「回味」



YouTube頻道



P2

物理治療

本單位物理治療師除了利用簡單器材，例如沙包、運動橡筋等，協助院友進行運動訓練外，同時亦備有各種先進的儀器為院友提供專業治療服務。以下將為大家介紹四種常用的治療儀器：

透皮層神經電療機(TENS)



- 用於舒緩各種疼痛，例如關節痛及神經痛等
- 適合大部分院友，惟有植入心臟起搏器及腦部深層刺激器的院友不適合使用

便攜式超聲波治療儀 (Portable Ultrasound)



- 用於消炎及消腫
- 修復受損的軟組織及增加纖維組織的彈性，從而改善關節的活動能力
- 適合大部分院友使用

復康機械手 (Handy Rehab)



- 透過平板電腦應用程式及手環感應器，控制機械手的關節以進行手部訓練，協助中風患者練習日常生活動作，例如拿手機、拿水杯及拿球等
- 適合中風的院友使用

多功能訓練平板系統 (Bobo Pro)



- 安裝於平衡訓練器材上，例如平衡板或平衡墊，並配合電視或平板電腦作互動式的平衡訓練
- 適合大部分院友使用

P3 **如院友對以上治療儀器有需要，可向本單位物理治療師查詢**

職業治療

動態上肢支撐架

不少院友在中風後會出現一邊身體活動能力下降的問題，以致在進行自理活動時出現各種問題。患者可能會遇到的困難包括肌肉力量下降或難以控制患側的肢體。

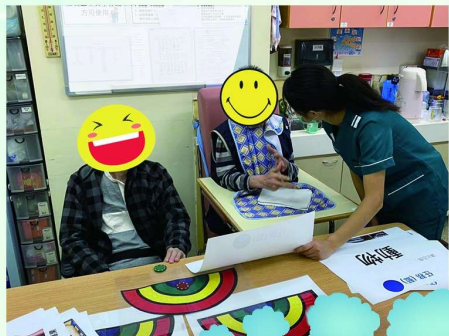
為了協助中風患者恢復患側的手部功能，本單位引入了一款名為「Momo Prime」的動態上肢支撐架，為上肢肌力不足及手部控制較弱的中風患者提供多一種手部訓練的方式。職業治療師會先作評估，挑選適合使用動態上肢支撐架的個案，然後制訂相關的訓練內容。此支撐架輕便且容易安裝，能夠承托患者的上肢重量，讓患者即使肩膊力量較小，也可以提起上肢以進行手部活動及訓練，有助於上肢功能的恢復。



如院友對以上治療儀器有需要，可向本單位職業治療師查詢

言語治療

言語治療師最近為合適的院友安排溝通小組。透過不同主題活動，例如以懷舊為主題的荔園擲彩虹及到茶樓飲茶等，增加院友的溝通動機及互動。小組會按不同院友需要融入言語治療復康訓練，治療方向包括表達、發音及解難能力訓練等，以增加院友的溝通能力。



溝通小技巧



1. 提高聲量

2. 誇張嘴型

3. 放慢語速

遊戲-點心過三關

現在兩位院友一組，一齊運用這些溝通小技巧玩遊戲啦！

遊戲玩法: 一位院友隨意講出茶樓點心名稱，例如「蝦餃」；另一位院友負責聆聽，如發現與下圖點心相配對，則圈出該圖片。當其中三個圈以直線、橫線或斜線的方式成為一線，則完成遊戲。

兩位院友可互換遊戲角色。



社康服務



視像團體探訪

社工組陸續恢復與團體合作，透過視像軟件與院友聯繫，進行關懷探訪。感謝以下團體義工的努力，既讓院友感受關懷，又讓院友與社區保持聯繫。歡迎各合作團體與我們聯絡，為更多院友安排送暖活動。



合作團體(排名不分先後)



1. Aēsop
2. 車路士足球學校 (香港)
3. 保良局唐乃勤初中書院
4. 澳洲蒙納士大學學生義工
5. 宏施慈善基金葵涌社會服務處
6. 聖公會麥理浩夫人中心 - 團體及社區工作部
7. 聖公會麥理浩夫人中心 - 林植宣博士老人綜合服務中心

視像導賞服務

疫情下，不少院友向我們表達了外出的願望。有見及此，我們為院友設計了視像導賞服務。院友可自訂遊覽路線，並由義工或社工以視像形式帶院友四周遊覽。此外，我們亦嘗試利用圖片及口述形式，帶領院友欣賞澳門及廣州美景。

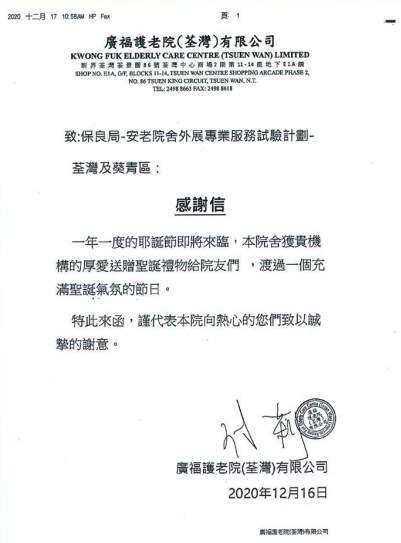


長者日

長者日定於哪一天？答案是每年 11 月的第三個星期日！今年是 11月15日，你們當日如何慶祝呢？我們安排了各式各樣的活動，現在一起回顧長者日活動吧！



得到你們的支持，是我們最大的鼓勵



如對本隊服務有任何意見，歡迎與我們聯絡
你的寶貴意見有助我們持續改善，提昇服務質素。

負責人

嚴曉玲女士
營運經理

何綺明女士
服務經理(安老)

電話

3841-7733

2277-8888

傳真

3575-9921

2890-2097

電郵

esther.yim@poleungkuk.org.hk

soc.admin@poleungkuk.org.hk

地址

新界葵涌葵昌路56號貿易之都2樓1C室

印刷日期：2020年12月 印刷數量：200