



防疫小知識



1 經常保持雙手清潔

2 洗手時應以梘液和清水清潔雙手，搓手最少20秒

3 打噴嚏或咳嗽時應用紙巾掩蓋口鼻，然後徹底清潔雙手

4 外出時，正確佩帶外科口罩

5 護己護人，減少社交接觸

如對本院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及提升服務質素，多謝支持。

負責人:	鄭敏智姑娘 營運經理	黃妙真姑娘 安老服務經理
電話:	2267 4579	2277 8888
傳真:	2267 4250	2890 2097
電郵:	ecoh@poleungkuk.org.hk	soc.admin@poleungkuk.org.hk
地址:	九龍深水埗富昌邨富潤樓平台及二樓	銅鑼灣禮頓道66號莊啟程大樓5樓

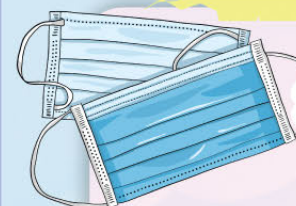


保良局
PO LEUNG KUK

癸末年樂頌居

2020年6月號

督印人: 鄭敏智 編輯: 蘇建翹 採編: 李蕙明、鄧麗君、梁万成、李紹東



彼此守護，共同抗疫



在過去一段全城抗疫的日子，我們和長者、家人一樣每天懷著擔心、憂慮的心情面對疫情的變化。我們作為照顧者，背負重大責任，保護長者免受病毒感染，同時亦需要照顧長者身心健康，設法減低對長者生活質素的影響。

在防護物資供應緊張時，我們四出尋找貨源，為職員及長者提供足夠的保護；在隔離檢疫措施之下，安排足夠的人手照顧長者；在謝絕探訪期間，為長者及家人建立溝通渠道，安排個別輔導及康樂活動，減少長者擔憂、失落等負面情緒。

在疫情下萬不得已而需要執行「停止探訪」的措施，我們會盡最大的努力妥善照顧長者，以各種方式讓家人與長者保持聯繫。彼此保護是親情的可貴，大家平安是最好的祝福！感謝每一位家屬及長者體諒和支持，我們才能一起平安渡過這個非常時期，祝願各位身心健康，平安無恙！



營運經理--鄭敏智姑娘





親親陽光 聽聽歌

撰文者：李紹東

初夏來臨，陽光普照，溫暖舒懷～當然不能浪費太陽伯伯的心意，齊來擁抱溫暖的陽光。院舍內，花園雖小，但植物俱全。就似小溫室一樣，各式各樣的盆栽琳瑯滿目，老友記們也看得目不暇給，樂滿開懷。沐浴在陽光下聽著懷舊金曲再細說往事。老友記和同事就似一家人一樣，家在樂頤，樂在家中。

「甜蜜蜜 你笑得甜蜜蜜～」老友記的笑容就像歌詞一樣甜美，音樂和陽光伴隨著老友記。

幸福，就是這麼簡單～



愛在樂頤 學在「家」中

「停課不停學」不只限於學生，老友記也秉持活到老，學到老之精神，既能學習又能娛樂，一舉兩得。

麻將又稱為「馬吊」，是中國的國粹，幾乎無人不識。近來更有醫學研究發現，老年人多打麻將可以預防認知障礙症。老友記在「游乾水」之餘又能加強認知訓練，造就雙贏成效。

而拼圖方面，千萬別輕看它的威力！每一種圖案每一個字樣也能勾起老友記的回憶，對延緩認知障礙有莫大幫助。

學習不一定要在學校，學在「家」中也能一樣快樂。



2



樂頤理髮間

撰文者：梁万成

不覺間已踏入夏季，在院舍的一角正有一班院舍職員使出渾身解數為長者剪髮。院舍職員指自己是第一次為他人理髮怕剪得不好，但長者們都稱讚他們「手勢好」，而且還有不少的「顧客」在排隊等候剪髮服務。



你最近好嗎？

最近我們經常聽到的一句說話：保持「社交距離」。為了習慣新的社交方法，老友記都減少外出。雖然長者和家人、親友相見時間減少，但他們已經學習了一種新科技—「視像對話」。

老友記起初對「視像對話」頗為陌生，在職員細心協助及教導下，慢慢學會使用，雖然有顯示屏的相隔，但一句一句的慰問及笑聲，都為大家平淡的生活帶來一點色彩。



3