



保良局
PO LEUNG KUK

保良局安老院舍外展專業服務試驗計劃 (荃灣及葵青區) 2021年12月季刊



書言信箱：珍惜眼前人

言語治療分享：「我一定會唱得返歌」



▲ 麗虹與妹妹



▲ 麗虹與好知己 佩佩



社工回信

腦海中不斷縈繞麗虹的故事，雖然平凡，卻是觸動人心的，處處流露著麗虹的關心與溫暖。我想家人、友誼、人情便是麗虹的人生寶藏吧！

麗虹身上充滿人情味，卻是現今社會最難能可貴的。我們都希望被關心，但回想起來，我們又會否主動關心及體諒別人呢？麗虹正正踏出了第一步，於是她亦收穫了她的寶藏——親情及友情，甚至是快樂！

大家的人生寶藏又是甚麼呢？只是在心裏默默地珍藏嗎？有沒有付諸行動呢？

社工 李雪慧
敬上

耆言信箱

傾聽院友的真情故事 訴說未說的話

珍惜眼前人 讓愛無悔

院友 梁麗虹

每次進入院舍，總會迎來一把雀躍的聲音：「姑娘！」。這位熱情的院友是麗虹。她訴說與街坊鄰里的好交情及親人離去的經歷，語重心長道出：「我感覺世事無常，應該好好珍惜眼前人！」

珍重家人 互相體諒

自入住院舍，麗虹與家人見面次數便減少了。她十分掛念丈夫，份外珍惜相見機會，並表示：「每次見面可以握下手仔、閒話家常已經好滿足啦！」體諒子女忙碌，不能時常探望，麗虹認為電話聯絡，了解彼此的消息便可。只要心中有對方，一切盡在不言中。因此她多次強調希望在院舍樂觀積極地生活，以減少家人對她的擔憂，從言談中總是聽到她對家人的牽掛與關愛。

珍視院友 互助互愛

一位患認知障礙症的長者，因掛念女兒而躁動不安。只見麗虹多次耐心地安撫：「阿女搭緊車過來！」，長者慢慢平復下來。麗虹稍顯激動地解釋：「她需要一個傾訴的對象，別人的回應可讓她安心。有時姑娘分身不暇，如果大家一齊幫手，她便可冷靜下來。」麗虹年輕時一直重視鄰里之情，如今視院友為朋友，認為大家應互相幫助，希望大家可在院舍開心地生活。

數位院友家屬前來探望，麗虹不時向他們打招呼。她表示：「新院友較難適應陌生環境，我會主動向他們打招呼，閒聊幾句。他們的家人探望時，也會關心幾句，希望讓家人放心他們。」她笑言：「我得把口叻，最鍾意傾計。」在院舍，麗虹最享受的時光就是與好知己——佩佩聚會。麗虹正津津樂道地訴說各種聚會片段，臉上總是眉飛色舞的。

社康服務

發現精彩生活

節日活動



院友用心製作聖誕節賀卡，
還說要送給親友呢！

和諧粉彩



院友體驗和諧粉彩，以不同用色訴說出
感受，並鼓勵他們珍惜當下人生色彩！

科技活動



透過SWITCH駕駛遊戲，院友變身成賽
車手，感受著速度與刺激感，為他們
帶來不一樣的生活體驗！

視像探訪



長者一邊劃點心紙，一邊與義工津津有味
地分享飲茶愛好，並反思生活種種
興趣及快樂。

生命教育與園藝治療



對於長者而言，談論生死，好像是一種不能說出口的忌諱。而園藝活動正好是一種溫和而具啟發性的介入手法，讓長者透過照料和觀察植物，從中領悟獲益。

觀察植物 領悟人生

我們設計兩項連續性的園藝活動，共安排了40節治療性小組，服務近140人次，與院友一同見證植物的變化，並傳遞「珍惜當下」訊息。

經歷一個月的時間，玫瑰花變得乾燥，就好像英姿颯颯的年輕人慢慢蛻變成沉穩矍鑠的長者。院友阿美知道要把鮮花變成乾花，起初都有擔憂，覺得乾花已死，就沒有那麼美了。席間，更有長者表示不希望花會謝，謝了就沒用了。但當在第二節時，把乾花重用，成為聖誕花環的主角，阿美笑了，說謝了的花原來都好有用。長者自我的覺察，正正是思想轉化的重要一步。工作人員隨即把握機會，協助長者整理對生命的看法。最後，阿美笑著說：「人老了，其實都可以好有用，係睇自己點樣諗，青春係一去不返的了，現在做多點自己喜歡的事令自己開心仲好！」活動完結後，阿美更雀躍地要工作人員把花環掛到房中。



一個月後的轉變



人與植物的連結 增加互動

第二節活動中，工作人員選用了扁柏作為襯花。在中國文化裡，扁柏代表著祝福的意思。不少院友一見到柏葉，就娓娓道來：「結婚時會戴的！好香」、「小時候，家人會將扁柏和紅繩串起，給我戴在頭上，保平安呀！」。透過植物，長者能透露平常都不會提起的往事，與其他長者討論和分享，建立起友誼！



柏葉-喚起長者的回憶

“

相遇是一種緣份，
希望大家都能懂得珍惜你們身邊的人。

”



物理治療師
石愷茵姑娘

這天，我如常到院舍工作，協助院友做運動，也不忘替一些新入住的院友進行評估。新院友住在一個可容納六張床位的房間，房間裡只有她和另外隔離床的一位婆婆入住。在跟院友評估的時候，已留意到隔離的婆婆在看著我，當時我只在想她應該是好奇而已，所以我只是跟她點了個頭便沒有再理會。直到評估完畢，隔離的婆婆開始發出「呀呀」的聲音，用手指著我剛完成評估的那位院友。這時，我意識到，婆婆應該想我和她做物理治療。

然後，我就拿了婆婆的排板觀看一下，了解她的情況。婆婆姓張，之前中風導致右邊手腳癱瘓，不能正常吞嚥要插胃喉。儘管不能正常溝通，張婆婆還是可以理解我們的說話作出簡單反應。因此，我決定要跟她做一個評估及設計合適的物理治療計劃。張婆婆的右腳肌肉基本上收縮得很嚴重，根本無法讓她坐起來。所以，我先幫助張婆婆做了些被動運動和伸展運動，增加她的關節幅度。然後，我協助婆婆由床坐起來，現在腳部肌肉放鬆了，所以雙腳都可以放下床邊。婆婆的腰力不錯，只需稍為協助已經可以坐穩。坐起來的張婆婆，周圍仰望，彷彿對周圍的環境都感到好奇。仔細一問，原來由入住已來大半年都沒有坐過起身，沒有家人前來探望。張婆婆在點頭回應時，不禁流下眼淚。物理治療完畢後，張婆婆都表示得非常感激，然後面上都掛著燦爛的笑容。



對於那些長期沒有家人來探望的院友，身為治療師，我們不但能夠幫助他們改善生活上的質素和提高自理能力，我們甚至能成為他們心靈上快樂的來源。和他們做運動的時候，也會一邊談談他們年輕時的經歷。有時候，我都會有所得著，會更加提醒自己要好好珍惜和愛護身邊的人，尤其是年老的爸爸媽媽，好讓他們能夠享受一個愉快的晚年。

“ 霍伯伯的個案教導我們，每個長者都有珍惜的事物。長者服務應該要以人為本，從長者所關注的角度出發，為長者提供切合他們需要的專業服務。



職業治療師
陳嘉軒先生

”

年過七十歲的霍伯伯是一位長居私營安老院舍的長者。近兩年因為細菌感染令腳部組織壞死，他先後需要進行雙腳膝蓋以上的截肢手術。手術後霍伯伯一路需要輪椅協助生活。他最珍惜的活動就是到院舍內的小花園照顧他一直栽種的花草。

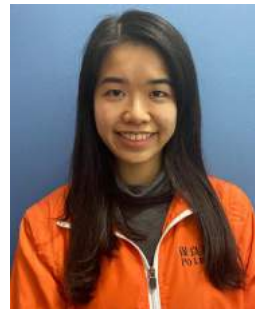


但是隨著年紀漸大，霍伯伯的上肢力量較以往弱，而舊有的輪椅較重，使用時比以往更吃力，難以到花園照顧花草。院舍的護士細心留意到霍伯伯的困難，加上懷疑舊有的輪椅有安全問題，於是將霍伯伯轉介到職業治療服務。

職業治療師經評估後發現舊有的輪椅不適合霍伯伯的身形，令他使用時較吃力。加上多年的損耗令輪椅支架不穩，存在安全問題。於是職業治療師為他進行評估及申請一部新而且合適他的輪椅。再加上一個月的輪椅操作訓練，協助霍伯伯能安全於院舍內使用輪椅活動。而對霍伯伯而言，最重要的是我們的服務能令他能繼續最珍惜的活動——到花園栽種花草。



“ 我一定會唱得返歌 ”



言語治療師
張嘉汶姑娘

經過院舍走廊，聽到轉角房間傳來輕快的音樂，我便知道她在房間裏。輕輕推開門，映入眼簾的正是那隨音樂節拍舞動的身影，我通常稱呼她為馮老師。還記得初次見面那天，她也是大聲播放著歌曲，旁若無人地高歌。那天她說：「如果我生命冇音樂，我一定撐唔住。」走過四十餘年的教學生涯，再迎來對抗口腔癌的硬仗，音樂始終伴她身旁。

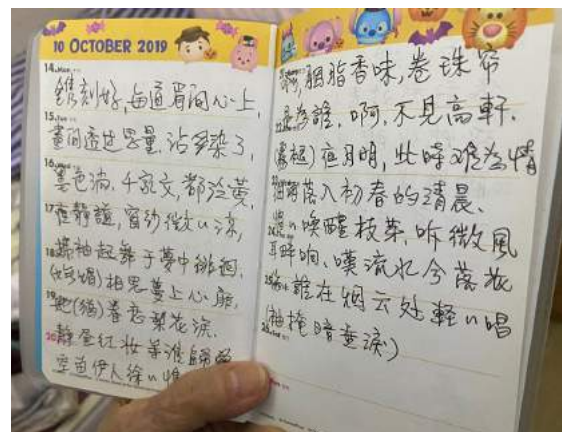


馮老師一頭灰白髮，戴著小圓框眼鏡，絲巾圍著脖子綁成一個整齊小巧的蝴蝶結。外表嚴肅的她總會把我拉回學生時代，猶如挺直腰板安坐老師面前。然而，當她輕握著我，那繃緊氣壓頓時消散於和煦般的笑容裏。馮老師很喜歡說故事，苦如患上口腔癌，樂如與女兒通電話，無不細訴。而每次開口三四句，總離不開談音樂：「我係一個音樂老師，教左音樂四十幾年喇，我咩歌都鍾意聽！」聊著聊著，還即興表演了一段意大利文歌曲。從當初的女高音，到後來，學而優則教，大半生走在音樂路上，馮老師對自己、對學生一直精益求精。每當提到咬字清晰於唱歌何等重要，回想過往說話流利的自己，堅強的馮老師臉上總帶著幾分唏噓。



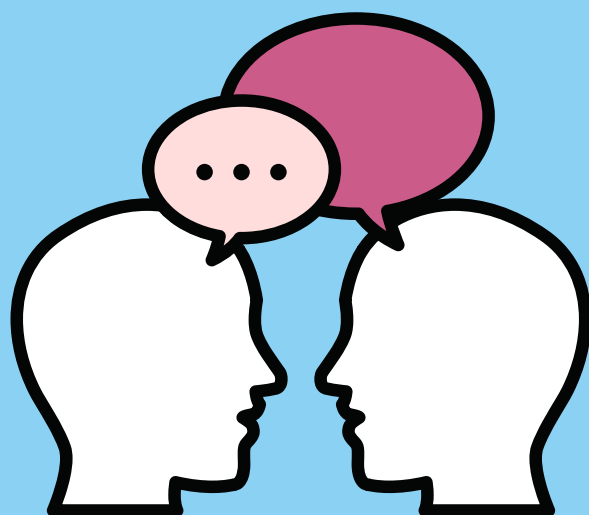
從前引以為傲的歌聲，如今卻因口腔癌黯然失色。她去年因患癌而切除部分上顎，除了失去左邊的牙齒影響外觀，口肌能力與咬字發音亦受到影響，須減慢語速才能較清晰地溝通。雖然現時馮老師發音不盡準確，但毫不影響她對唱歌的堅持。除了每天早午晚三次定時做口肌運動，又時常複習言語治療師準備的功課，透過讀歌詞練習發音。復康訓練是一條迂迴漫長的路，日復日對著鏡子練習口肌、追求精準發音，她從不怠慢。

剛踏出馮老師房間數步，耳邊再次傳來她最愛的歌曲。輕柔的前奏，伴隨她低吟淺唱，彷彿在和一位老朋友聊天：「去哪兒都沒關係，再放一首我最愛的音樂，跟著節奏搖擺身體，舞步就隨意……」沿走廊回到大廳，娓娓動聽的音樂漸混和在交談聲中，我心底還迴盪著馮老師那句話：「我一定會唱得返歌！」



第三次服務諮詢委員會

- 個案分享
- 疫情下服務最新消息
- 最近服務回顧



zoom

約定您！

日期: 2022年3月16日

時間: 下午 3:00-4:00

誠邀各院舍代表出席

感謝大家！

第二次服務諮詢委員會於2021年12月8日順利完成，共30間院舍參與。會後，不少院舍查詢樂齡科技產品借用詳情，反應踴躍。超過七成院舍更回覆對服務諮詢委員會滿意。我們希望能聆聽更多院舍的需要！

院舍設備添置

按院舍需要，我們在院內添置了以下設備，希望院友積極享受當下美好時光。
院友們開始使用了嗎？歡迎在尾頁留言給我們，讓我們了解使用情況。

日本哭笑娃娃

娃娃模仿了初生嬰兒的身高體重，甚至觸感也是栩栩如生。院友可嘗試撫摸「他」，「他」會哭也會笑，十分可愛。院舍職員更讚賞「他」為院友帶來安撫作用，「只要一個公仔，她便開心起來！」



桌上遊戲

桌上遊戲既可鍛鍊院友腦筋及手眼協調，亦可促進團隊合作精神，是打麻將外另一個好選擇！看到院友們遊戲時屏氣凝神的樣子，便知遊戲刺激有趣。一同找上三五知己玩吧！



電子狗

看到電子狗後，不少院友投來期待的神情，大家以為動物前來探訪。原來不少院友曾飼養寵物。院友一邊撫摸電子狗，一邊細味著過去飼養寵物的回憶。「牠」更不時搖擺尾巴，叫喊幾聲，向院友撒嬌，不少院友被哄得哈哈大笑。



擴音器

院友喜歡聽懷舊金曲。時常一邊喃喃細語，一邊抖著腳打拍子。如果音樂聲量大一點，再為院友附上一支咪高峰，讓他們大展歌喉，那氣氛就更熱鬧了！
院友們，你們現在可以用擴音器實現願望了！





長者日濕紙巾

疫情期間，我們要做好個人防護工作！其中少不了清潔雙手。長者日前夕，我們派發了7000包濕紙巾到68間院舍。各位院友，記得勤力清潔雙手！



聖誕餐盒

聖誕期間，我們向69間院舍派發了6900份聖誕餐盒。除了充當水杯或碗外，合上藍色蓋子後，它更是一個食物盒，滿足大家不同需要。



新年福袋

為增添新年節日氣氛，我們安排了8000多個新年福袋，派發給77間院舍院友，向各位院友拜年。我們在此祝願大家身體健康，龍精虎猛，心想事成！



團體贈送新年燈籠

香港戒毒會成年婦女康復中心的舍友，用心製作了過百個燈籠，為長者送上祝福。雖然疫情未去，但各團體都盡心盡力，希望一眾老友記能感受到關懷！





新年福袋的誕生

考慮不同院舍需要，我們製作了三種福袋，分別有毛巾、棉襪及麥皮。



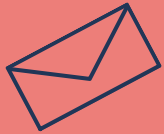
每個福袋內放有我們設計的新年賀卡，希望向各位院友送上一份虎年祝福。大家可保存下來留念。

從採購布袋、購置福袋物品，到設計及印刷新年賀卡，再到包裝福袋，最後入箱上板，都是同事們親手完成的！8000多個福袋代表著我們的心意，祝福各位院友新年快樂、龍精虎猛！



Thank you

感謝楊子控股有限公司
贊助3000包麥皮，作為
新年福袋禮物



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，提升服務質素

負責人

嚴曉玲女士
營運經理

馮偉業先生
服務經理(安老)

電話

3841-7733

傳真

3575-9921

電郵

moste@poleungkuk.org.hk

地址

新界葵涌葵昌路 56號貿易之都 2樓1C室



意見箱

讚許/意見/留言欄

(歡迎填寫意見後，交予本隊職員或傳真至 3575-9921)