



保良局
PO LEUNG KUK

保良局東涌護老院

老友歡聚 共度佳節



地址：東涌文東路 39 號東涌市政大樓 3-5 樓

電話：2109 2038 傳真：2109 2032

電郵：tungchunhome@poleungkuk.org.hk

督印人：麥美儀姑娘 主編：盧慧貞姑娘、禰梓滔先生、賴康蘋姑娘

第三十四期

2020 年 10 月至 12 月

長者日，展現你我才能

今年長者日雖然沒有義工探訪，但院舍的長者們卻秉承『老有所為』的精神，一齊化身為長者義工，齊展才能。長者義工們在同事協助下，製作大量簡單有趣的造型氣球，當有花、帽、小動物……款式多不勝數，社工組同事連同心意卡送給各院友，一於自己節日自己參與計劃慶祝，齊齊在院舍內大顯身手。



冬至大過年 歡樂盤菜宴

冬至食盤菜，源遠流傳，今年又豈可以因疫情影響而令習俗消失。所以在冬至當日院舍也為長者們準備了盆菜，雖然今年不可以安排家人和義工一同到院陪伴長者品嚐，亦因感染控制及衛生問題，安排由同事預先分碟給長者享用，但也無損他們對節日的雅興，吃著暖暖的盆菜，溫暖常在心。



9 歲喇！東涌護老院 Happy Birthday

不知不覺，保良局東涌護老院已經 9 歲了，生日快樂。

在過去的九年，感謝每一位長者陪伴院舍成長，今年沒有像過往一樣大排筵席，只能在院舍中舉行生日會慶祝，但簡單的慶祝活動更現『家』的感覺，場面更感溫馨動人。

今年的生日願望是各位長者及家人都身體健康，與我們一同迎接『十週年』。



聖誕快樂三重奏

第一章：片傳心意迎聖誕

聖誕前夕，家人仍未能探訪長者，長者為表達對家的掛念，來一個反傳統，給最愛的家人寫張聖誕卡，寄上自己的祝願。家人們收到長者的聖誕卡，表示又驚喜又感動，部份家人更響應院舍的呼籲，寄回聖誕卡片給長者，讓長者同時感受親友們的祝願。



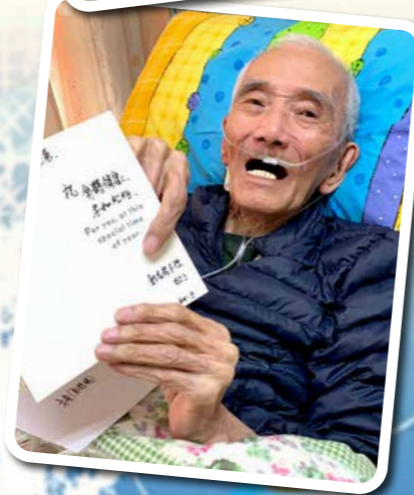
社工組的心聲

疫情下，長者未能見到家人，心情有點忐忑。透過活動，我們向長者講解聖誕卡上的祝福，對長者來說是送給家人的珍貴聖誕禮物，每當長者們收到家人寄回的聖誕卡，他們面上都流露著喜悅，部份家人更精心自製賀卡，更見窩心。



長者有話說

鍾鵬伯伯收到家人的聖誕卡，即時向身旁的工作人員介紹及分享卡上的每一粒字，尤其是曾孫女的繪畫更是愛不釋手、珍而重之。伯伯說：『我的兒女們真是很乖的，大家都很有創意，他們的心意令我自己都倍感精神，就如畫中的祝福一樣龍馬精神，希望家人們都能身體健康，平安快樂。全世界可以早日回復正常，疫情消失。』



第二章：聖誕飾物製作日

聖誕節齊來做手工，長者們一同佈置院舍，為院舍帶來濃厚的聖誕喜樂氣氛。



第三章：聖誕狂歡派對

又到聖誕，又到聖誕，院舍準備了應節的火雞大餐，伴你過聖誕。社工組同事亦化身成為聖誕老人，到每個長者房間和長者拍照留念，讓這個冬日更顯溫暖及浪漫，部分長者亦佩戴上可愛趣緻的飾物一起參加派對，一齊HAPPY。

特別鳴謝由利基三星聯營及友建地義工為院舍所有長者安排聖誕禮物，包裝精緻的頸巾及毛巾，讓歡樂的氣氛錦上添花。



除了大大隻火雞外，我們同事亦為長者製作流心聖誕餐，用瑪麗餅做成薑餅人的模樣，讓吞嚥困難的長者亦可同享佳節美食。



壓軸跨年大抽獎

轉下眼又過一年，萬眾期待的跨年大抽獎於除夕日隆重舉行，社工組準備了非常豐富又實用的獎品。一於『齊齊開心，獎品齊分』，『人人有份，永不落空』。



院長的話

在 2021 年，我有好消息告訴大家，我們已經成功投得東涌院的營運權。感謝各位長者、家屬及同事一直的支持，令我們可以繼續為大家服務。

此外，早前我代表院舍出席了香港老年學會「通過證書及良好措施獎狀」頒授典禮及建造業義工嘉許禮 2020。香港老年學會頒發「安老院舍評審計劃」的「榮獲卓越評審級別證書」，以嘉許本院各職級員工在評審計劃的良好表現。

本院及東涌新市鎮擴展 - 填海及前期工程義工隊「友建地」一同參加建造業義工獎勵計劃，獲得「優秀社福機構協作—銀獎」，長者與友建地義工相識多年，可以一同獲獎，實可喜可賀。新一年我們會繼續與外界團體合作，為長者帶來更多精彩節目和歡樂。



紓緩治療

整體疼痛概念 (Total Pain)

於五十年代開始推動現代善終運動的英國人—桑德絲女士 (Dame Cecily Saunders)，她提倡的整體疼痛概念 (Total Pain) 認為晚期病人的「痛」除了源自身體，也可能來自心理、社交、心靈上的不滿足，並主張晚期病人應該得到全人的照顧服務。這個概念是形容病人與家屬在生命末期、臨終、死亡、悲傷時期所經歷強烈的痛苦。

「死亡」一般是指肉體存在的消失，但過程其實可分為四個層面：

- (一) 生理 (肉體) 過程：包括血壓下降、呼吸暫停、意識喪失等等
- (二) 心理 (精神) 過程：包括焦慮、憤怒、沮喪等情緒反應
- (三) 社會過程：與親友道別、失去工作等等
- (四) 靈性過程：靈性的痛苦，在癌症末期的病人更易出現



所以每個人死亡是以一個完整的個體 (全人)，而不單止只有肉體死亡而已，因此，臨終照顧模式是一個包含生理 (肉體)、心理 (精神)、社會及靈性照顧的模式。

末期病人所遭遇的「整體疼痛」，包含下列四方面：

- (一) 生理 (身體) 疼痛：包含全身各處的疼痛、呼吸困難、乏力等等
- (二) 心理 (精神) 痛苦：焦慮、沮喪、恐懼，擔心等等
- (三) 社會痛苦：經濟問題、家庭問題等等
- (四) 靈性痛苦：尋找人生的意義、探索死亡的真相等等

此四種痛苦會彼此互相影響，造成病人更大的痛苦，因此要從病人的角度去評估。

肉身的痛能夠用藥物去紓緩，或許，臨終時的最痛是來自於心靈的痛，包括面對死亡時才發現自己沒有好好地活過時，才領悟到「活著」的可貴、與親友分離的不捨、缺乏盼望、無意義地活著等等信仰的崩潰。身體對痛的感受會受心理或心靈影響，同樣地，心靈的痛亦引起身體的不適，如：頭痛，背痛，胃痛等。當面對末期病人時，除了提供合適的醫護照顧外，「全人照顧」包括心理、社交及靈性的支援，更是缺一不可。

心理

身體

疼痛

社交

靈性

¹ 賽馬會安寧頌《心安家寧系列：安寧概念》

溫馨提示

- 請家屬把長者每月宿費以支票、存入銀行戶口或申請自動轉賬，以繳交每月宿費。存入銀行戶口後的銀行收據需盡快交回院舍，以便發出收據。

請家屬 / 長者將現金存入以下滙豐銀行賬號，並於每月 5 號前將銀行入數紙交回本院，謝謝。

A/C NO : **002-239564-001**

A/C NAME : **PO LEUNG KUK**

- 護士於派藥時間要專注派藥，家屬如有查詢和來電，會於完成派藥後盡快跟進，多謝合作。

意見表達或讚許

如對本院有任何意見，歡迎隨時向職員反映。您的意見有助我們持續改善服務質素，多謝。

負責人	麥美儀姑娘 營運經理	黃妙真姑娘 服務經理 (安老)
電話	2109 2038	2277 8888
傳真	2109 2032	2890 2097
電郵	tungchunghome @poleungkuk.org.hk	soc.admin @poleungkuk.org.hk
地址	東涌文東路 39 號 東涌市政大樓 3-5 樓	香港銅鑼灣禮頓道 66 號 莊啟程大樓 5 樓



保良局
PO LEUNG KUK



保良局東涌護老院

東涌文東路 39 號東涌市政大樓 3 至 5 樓

印刷品