

CEO



ne

周油一家
第57期

ON AIR

活出精彩！ 周油一家動起來！



保良局周鴻標老人日間護理中心
改善家居及社區照顧服務 (油尖旺區)

目錄

老友記！

**話咁快又過一年啦，
今年咁多精彩嘅活動入面，
有冇一啲你特別深刻呢？**

**又或者有冇一啲錯過左你會覺得可惜呢？
其實唔洗可惜！因為仲有大把活動等緊你！**

**而今期CEO會同大家回顧過去
我地周油一家精彩嘅節目，
絕對令大家彷彿置身其中！**

- p.2 頒親恩
- p.3 TVB之旅
- p.4 Ogcio義工探訪
- p.5 夏日「so多fun」
- p.6 享食田園之旅
- p.7-8 老友廚房
- p.9-10 創藝同行
- p.11 老有所為
- p.12 生日會
- p.13 state street中秋探訪
- p.14 中秋慶祝會
- p.15-16 新入職同事
- p.17 廚師通訊
- p.18 健腦操



愛父親，愛母親，頌親恩

父親節、母親節慶祝會

所謂養兒一百歲，長憂九十九，
所以今年父親節同母親節慶祝活動
考驗佢地「湊仔」技術有冇「生疏」！
不過最後無論係幫小朋友換衫、
運奶樽定買餅，當然都難唔到佢地啦！



與你共赴TVB!



錄影進行中...

話說周老會員炳添伯伯為太太設計嘅防跌衣不但入圍展材設計，更加被TVB邀請到電視台參加開心老友記嘅錄影，親身介紹自己別出心裁嘅設計！
可以上電視之餘，又可以同芳芳姐同「大王」安德尊面談，哩個機會認真令人羨慕！



科技與你

ogcio



智Net長者外展數碼計劃

科技一日千里、日新月異，我地好學又認真嘅老友記

當然唔會放棄可以學習新知識嘅機會啦！

所以我地幾位青年義工帶同平板電腦，

由淺入深教導一眾老友記，

無分長幼一同學習！



夏日海洋SO多FUN

便服日

今年我地便服日主題係「夏日海洋」！
希望籍此帶出海洋嘅偉大同埋環保嘅重要！
所謂「海納百川」，唔只反映大海嘅氣概，
亦可以展示我地服務嘅多元化添！



老友！
整多杯啊唔該！

素多fun講座

中心舉辦嘅素多fun講座

教大家點樣食得好，食得健康，
原來素食好味之餘，營養重可以爆晒燈，
有健康嘅體魄生活自然SO多FUN！





享食田園之旅

老友記，有機菜你有冇食過呢？
 味道係咪格外鮮甜呢！
 哩次周油一家嘅會員去到樂活農莊，
 體驗農夫簡樸生活之餘，中午品嚐有機菜，
 食得「有營」，又可以親親大自然，
 自然笑得開心，靚啲皮膚又好啲啦~!





民以食為天，老友個個堅

「耆營飲食你做煮」計劃
「老友廚房」烹調比賽暨嘉許禮

舞動廚具
煮出健康



老友廚房

老友廚房當然係由一眾老友記主持大局啦，
黎自五湖四海既老友記烹調各種美味佳餚參加比賽，
每道佳餚不但色彩豐富，而且各具特色，
符合美食最高準則！色！香！味！——俱全！

P.7





送比大家當日精彩嘅片段~!



有得食~有得玩!



學到老，活到老

創藝同行計劃

大家有無留意到中心每逢星期二、三、四就有幾位新面孔出現呢？
佢地就係我地嘅銀老師啦！

嚟緊佢地會帶領老友記一齊探索藝術領域嘅新刺激！

係中心分別進行美勞、繪畫、音樂小組。

所謂「學海無涯，唯勤是岸」，老友記今個暑假一定又滿足又充實啦！



手作班







老有所為

2018-2019 老有所為活動計劃

保良局周鴻標老人日間護理中心

「耆」想由我創，才藝盡展現

透過角色扮演，

讓長者圓夢打扮成喜愛人物或夢想職業並學習扮演技巧，發掘潛能。

提供平台讓長者表演才藝，令長者能力被認同，

更成為導師教授技巧，建立成功感及自我認同感。

薪火相傳讓更多長者受惠學習，延展計劃目標。



保良局改善家居及社區照顧服務(油尖旺區)

耆夢伴你飛翔

透過各體驗增加長者和社區人士互動，

以正面態度看待長者，促進長幼共融。

計劃能讓長者體驗其他行業和科技，擴闊眼界，持續學習。

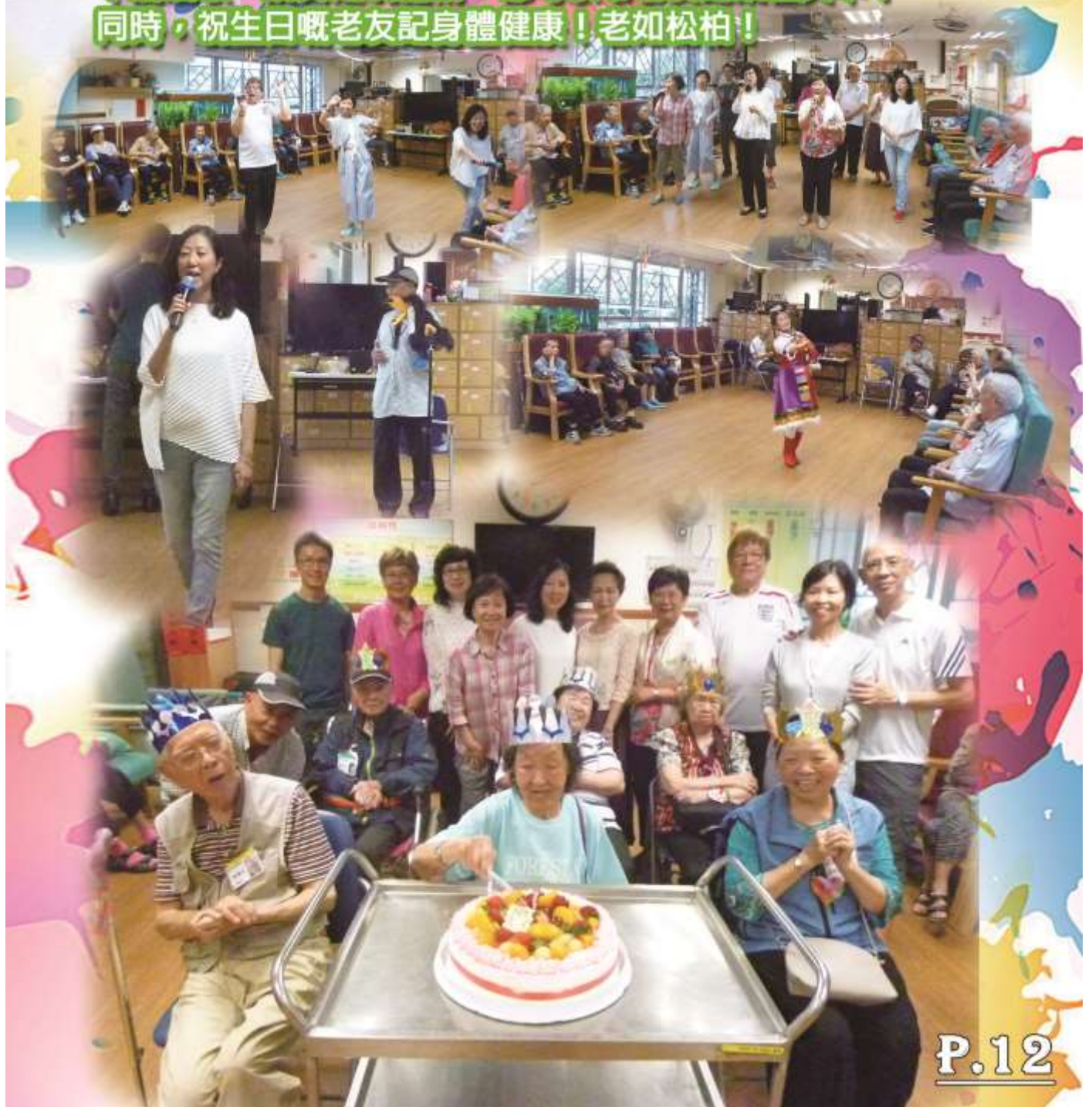
長者亦能將熟悉的工作經驗分享給後輩，

如已式微的車衣、編織等，傳承傳統文化。

老如松柏

生日會

多謝一眾義務發展局義工為老友記帶黎一個精彩嘅下午，
不論唱歌、跳舞定玩魔術，都可以令老友記樂在其中！
同時，祝生日嘅老友記身體健康！老如松柏！





State Street 中秋探訪

老友記認唔認得哩班朋友仔呢?
佢地就係State Street嘅義工。
今年中秋專誠到中心製作月餅，
目的就係想以手作月餅送比大家，
以表心意，並祝一眾老友記花好月圓!



祝老友記！中秋節快樂！





中秋慶祝會

中秋節除左月餅
又點少得水果同燈籠呢！
所以中秋節

當然要考下老友記猜燈謎贏獎品啦！
然後再以「人造碌柚」玩「轆」柚！
過程緊係又開心又滿足啦~



新到職同事

老友記有冇留意到中心同家居隊都多左新面孔呢？
嚟緊幾期就同大家慢慢介紹下啦！

大家好，我是護士曹姑娘，
加入油尖旺這個家庭已有三個月喇！
好高興認識到各位！
希望大家多多指教。

護士 曹沛鈴



大家好！我是新入職車長吳先生，
不經不覺到職日間護理中心已經三個月了。
最初工作上有不少難題需要學習解決，
後來得到同事們的提點指導，
把問題一一解決了，
所以很榮幸可以加入這個大家庭，
為這個社區服務！
祝同事和老友記身體健康、生活愉快！

車長 吳志偉



大家好，我是新到職護理員梁振源，
好高興加入保良局這個大家庭，
在這半年工作時間裡，我有很多得著。
希望往後的日子和各位同事合作愉快，謝謝！

護理員 梁振源



各位開心又活潑的老友記大家好，
我是新入職的家居護理員鄧紫慧，
好高興有機會在保良局這個大家庭為你們服務，
也許就是一種緣份吧！

本人曾在醫院工作了6年，
從未接觸家居護理員這份工作，
這是我一個全新的工作崗位，新的挑戰，
希望各位同事多多指導及包容，
合力完成工作。

最後祝各位老友記身體健康、生活愉快！
全體同事工作順順利利！



護理員-鄧紫慧

保健員-鄧燕芳

因為地球是圓的，
所以有緣份便會讓大家再次相遇。
十三年前加入安老服務的第一份工作，
就是於保良局周鴻標老人日間護理中心工作，
想不到現在有幸再次重返這個大家庭，繼續為長者服務。

從事安老工作十多年，在工作過程中苦樂參半；

「苦」是前線工作需要付出相當體力，頗為辛苦，

「樂」是當看到我們照顧的老友記在體能和自理能力有進步時，
也替他們和其家人感到開心。所以這份工作充滿意義，
只要大家能在工作中享受「助人自助」的樂趣，
工作便能得心應手。



聖誕固體蓉餐節日食品製作

大時大節人人普天同慶，品嚐大餐已經成為節日的必備環節；大家有沒有想過進食糊餐的長者如何一同感受節日的歡欣呢？！

其實一般的蓉餐確實是難以襯托多姿多彩的節日氣氛，所以本局為了顧及不同需要的長者，持續推陳出新，務求優化糊餐的「色、香、味、型」，令平平無奇的糊餐變得不一樣、不平凡，令所有長者都可以得到應有的節日歡樂。



聖誕繽紛長青樹

材料：紅菜頭、芒果、牛油果、帶子(先煮熟)

用具：攪拌機/養生機、聖誕樹模
(食物模可因應不同節日食品之外型而選擇)

製作方法:



(一)
首先準備好材料，再以養生機攪碎備用



(二)
把攪碎好的材料注入食物模製作想要的形狀：
牛油果(綠色)作樹，帶子(白色)、芒果(黃色)、紅菜頭(紅色)作樹下的禮物和樹上的點綴。

保良局 職業治療 健腦操六式



1. 左手伸出大拇指，右手伸出尾指，同時指向左面，然後左右手交換動作，並指向右面，重覆 10 次。



2. 左手伸出三隻手指，右手做出 OK 手勢，然後左右手交換動作，重覆 10 次。



3. 左手按著鼻子，右手拉左邊耳珠，然後左右手交換動作，重覆 10 次。



4. 左手手心向上，右手手心向下，以手背互相拍打，然後左右手交換方向，重覆 10 次。



5. 左手手肘拍向右腳膝蓋，然後右手手肘拍向左腳膝蓋，重覆 10 次。



6. 左右手交叉及十指緊扣，左右腳踝交叉放平，重覆動作 10 次。



如對以上運動有查詢，請向單位職業治療師聯絡。

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,提昇服務質素,
 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	劉惠倫先生 (中心主任)	林玉儀女士 (安老社區服務經理)
地址	九龍大角咀海輝道11號 奧海城一期 政府服務中心閣樓	香港銅鑼灣禮頓道66號 保良局莊啓程大廈5樓
電話	23980903 / 23980904	2277 8888
傳真	2395 9767	2890 2097
電郵	ehccs@poleungkuk.org.hk chowhungpiu@poleungkuk.org.hk	soc.admin@poleungkuk.org.hk

督印:劉惠倫 採編:莊澤龍