

## 中秋節有型糊餐推介

- 1) 購買原材料      2) 將材料切細、蒸熟      3) 以打糊機或人手將材料攪成蓉



紫蕃薯



- 4) 用兩款材料做皮及餡      5) 可用不同月餅模製作成形      6) 製成品



## 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向前改善服務質素。多謝！

負責人：

盧嘉儀

營運經理

2348 5098

2348 5508

[wchich@poleungkuk.org.hk](mailto:wchich@poleungkuk.org.hk)

香港黃竹坑徑2號A座1樓

黎妙妍

高級安老院舍服務經理

2277 8888

2890 2097

[my.lai@poleungkuk.org.hk](mailto:my.lai@poleungkuk.org.hk)

銅鑼灣禮頓道66號

莊啟程大樓5樓



## 保良局黃竹坑安養院

Po Leung Kuk Wong Chuk Hang Extended Care Home

地址：香港黃竹坑徑2號A座1樓

電話：23485098 傳真：23485508 電郵：[WCHICH@POLEUNGKUK.ORG.HK](mailto:WCHICH@POLEUNGKUK.ORG.HK)

督印人：盧嘉儀

主編：歐慧燕

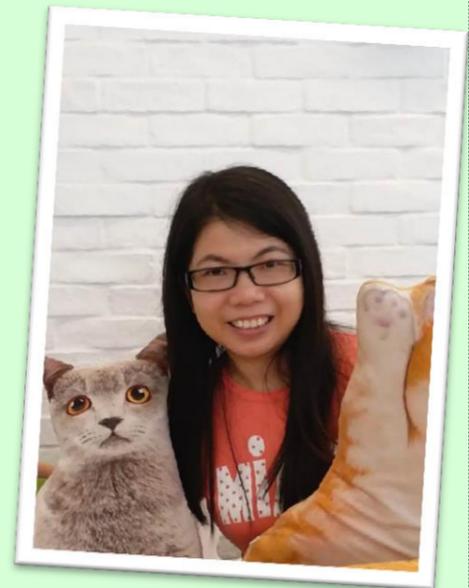
季刊 第八期  
2018年9月



## 快樂速遞

### - 社工的話 -

各位院友、家屬：  
大家好！我是新入職的社工郭秀芬姑娘，很開心可以加入保良局黃竹坑安養院這個大家庭。我希望有機會能認識各位院友及家屬，並希望大家可以踴躍參與社工組的活動，一同製造美好回憶！



### - 主任的話

每個人都祈盼可以得到快樂，但快樂的來源到底在哪裡？有人說：快樂的來源自於家庭和諧、廣闊心腔、慈悲喜捨。你找得著麼？何須急切、何必煩惱，只要打開雙手，安養院即時為你「快樂速遞」。

# 紓緩治療

## 在參加紓緩治療前……

紓緩治療計劃希望在生理支援方面讓更多計劃參加者或有意了解的人認識更多體弱多病老人的關顧需要，為體弱多病老人提供症狀紓緩治療及提供預防臥床引發的併發症。在心靈及社交支援上，維護病者及家人的關於，鼓勵家屬參與日常照顧和指導護理技巧及聆聽病人和其家人的憂慮與意願。同時，亦講求多方參與，協助病人及其家人瞭解治療及護理目標，參與治療方向的討論以及與醫護團隊緊密合作。

然而，當要參加紓緩治療時，參加者可能已經步入生命的晚期，只能在有限的時間及有限的活動能力中盡力修補或滿足意願，但可以進行的也未必可完全填補過往未做的。既是如此，在參加紓緩治療前，不妨先為自己或家人做多一點點……

最近在報章上看到了有關一位照顧臨終病人的護士分享，發現大部分病人後悔的事情都十分相近，大概可分為以下五種：

1. 應該有勇氣實踐夢想，而非活在別人的期待之中。  
很多人活在別人的眼光之下，將別人的看法掩蓋自己的價值，習以為常，最後分不清那些才是真實的自己。夢想淪為空談。
2. 不應工作得那麼拼命。  
上班一族為了事業、家庭，錯過了與家人相聚的時刻，放棄了天倫之樂，以為留待將來沒有那麼忙的一天，這一天最終沒有到來。
3. 應該更有勇氣表達自己的想法。  
很多時避免與人衝突，壓抑自己的感受。或者由於害羞，不敢在所愛的人面前表達自己的感情。最終自己的內心被狠狠地活埋。
4. 應該與朋友保持聯絡。  
人生中太多重要而未完成的工作，按著優先次序地排列，一些排列在較後位置的工作，往往最終未能完成。
5. 我應該活得更快樂  
面對逆境時，我們可以選擇笑著面對，也可以選擇消極逃避。

上述的描述相信在很多人的生活中或多或少也出現過相類近的陳述，也可能生命裡慢慢出現這樣的遺憾。紓緩治療講求盡可能地讓病者在晚期活得安適及有尊嚴，但晚期前，不妨也令自己活得舒適點，讓自己的遺憾減少一點點……

## 活動剪影



南區遊蹤-外出飲茶



水墨畫班



卡拉 OK 小組



扭氣球小組



園藝治療小組



特飾便服日



機械小海豹體驗日



快樂廚神小組



手工藝小組

## 新一季活動預告 2018 年 10-12 月

- 花藝小組 (一星期一至兩次)    手工藝小組 (每月兩次)  
卡拉歡樂之星(每月第一個星期六)    聖誕節活動(12 月中)  
博物館參觀 (12 月中)    外出飲茶(11 月中)