



保良局安老服務



貼心



齊心



細心



愛心

開心

關心



晴天雨天,總在你身邊



通訊
2015年11月

目錄

「我與 RW 攜手協作的日子」

- 華永會生命教育及長者支援中心：全因為「李」 p.2
- 蕭明紀念護理院：當無奈遇上真誠 p.4
- 田家炳長幼天地：為長者安排最合適的服務 p.6



居家安老專業小貼士
p.13

「陪著你走」

- 方譚遠良健樂中心：運動精彩每一天 p.8
- 深水埗長者日間護理中心：用心聆聽 p.9
- 樂頤居：結伴同行，盡展所能 p.10
- 田家炳長幼天地：『老闆』，你好 p.11

「護理員的故事」

- 敬業樂業 p.14
華永會生命教育及長者支援中心
- 我們的護理員團隊 p.15
方譚遠良健樂中心

我與 RW



攜手協作的日子

「全因為“李”」

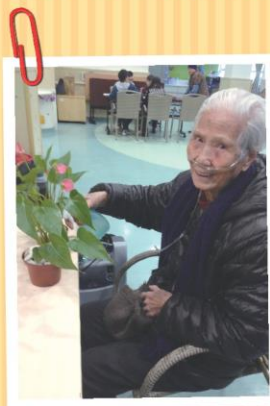
負責社工：香港基督教服務處樂暉長者地區中心（劉姑娘）

華永會生命教育及長者支援中心

個案長者：李淑

為你綢繆

長者李淑婆婆因患慢性阻塞氣管病，自 2008 年起，便需要長期使用氧氣機輔助呼吸，『機』不離身，因此李婆婆長期留在家中，獨自一人。在長者社區照顧服務券計劃推出之際，李婆婆從新聞中，得知這消息後，便致電劉姑娘了解詳情，劉姑娘詳細地解釋一翻後，李婆婆便等待社署的邀請信了。而事後，劉姑娘便記在心中，繼續為李婆婆跟進有關事宜。



▲ 參加園藝小組，擴闊李婆婆的社交圈子，生活更多姿多彩！



服務券是什麼？

“劉姑娘，阿媽收到服務券了，但我可以點幫她選啊？”周小姐（李婆婆女兒）一知半解地致電劉姑娘，劉姑娘便邀請周小姐親身到中心，與她一起綢繆及分析各服務提供單位的不同。劉姑娘逐一致電各服務提供單位，了解可否提供氧氣機。

► 中心舉辦的足球便服日，很有趣啊，Yeah!!!



因需要，而購買

劉姑娘致電本單位時，我們得知李婆婆在護理方面的需要，便迅速回應，中心願意為李婆婆添置一部氧氣機，亦安排社工及護士上門家訪了解情況。

家訪後，護士協助訂購一部適合李婆婆家中使用的氧氣機，待氧氣機到中心後李婆婆便可以踏出門口，接觸社區及到中心使用服務。

人未到，服務先到

由於訂購氧氣機需時，供應商未能即時提供。有見及此，中心便先提供上門服務，讓李婆婆可以獲得復康服務，維持其活動能力。

當氧氣機送到後，中心特別安排固定的位置，讓李婆婆可以安全地使用，其舒適程度如同在家中。李婆婆很快便適應中心的生活，認識到其他長者。因此劉姑娘表示安心及放心，讓李婆婆接受中心提供的照顧計劃。

黃金三角 密不可分

因為三方面的配合及協調，包括：服務提供者（本中心），負責社工（RW）及家屬的合作，共同解決李婆婆在護理照顧上的需要，讓李婆婆生活更添色彩。

長者心聲

“保良局生命教育及長者支援中心的服務很貼心，因應我呼吸護理方面的需要，為我安排氧氣機，由開初很擔心，到現在，每日都期待姑娘上門接我回中心，中心成為我第二個『家』了。”李婆婆笑容滿面地說。



▲ 圖三：參加中心舉辦的茶聚，職員協助帶備氧氣機到酒樓，讓我有機會出外活動，很開心！



攜手協作的日子

當無奈遇上熱誠

負責社工：保良局劉陳小寶長者地區中心（馮姑娘）

蕭明紀念護老院

個案長者：黎伯伯

「踏出第一步」

黎伯伯獨居於藍田德田邨，由於未婚亦沒有子女，起居生活都需要自食其力，黎伯伯於兩年前確診患有認知障礙症，體能和記憶力日漸衰退，自我照顧將會更加困難。黎伯伯的弟弟雖然偶爾會去探望他，唯他弟弟身體狀況亦欠佳，所以甚少探望黎伯伯。黎伯伯每日三餐都必須到長者地區中心社區飯堂用膳，以解決膳餐的需要。黎伯伯因記憶力漸差，於是跟進他的社工馮姑娘便尋找義工協助他陪診及提醒服藥，使經常遺忘吃藥及血壓不穩定的他不再感到無助。馮姑娘有見他欠缺適切的照顧，便提議他接受「長者社區照顧服務券試驗計劃」。當時黎伯伯對於要改變生活習慣感到抗拒，馮姑娘便說服黎伯伯到中心參觀及試用日間中心服務，好讓他安心踏出第一步，黎伯伯最後也樂意接受邀請。



▲ 黎伯伯現在身心都較以往健康，經常笑容滿面



▲ 黎伯伯認識到更多街坊好友，互相照應。

「安心、稱心」

黎伯伯試用第一天服務時，面對陌生的環境顯得有點畏縮，對工作人員的提問有點抗拒，但得到馮姑娘的鼓勵及貼心的關懷，黎伯伯的態度有所改變。最後，馮姑娘來電指黎伯伯表示願意嘗試到中心接受服務，馮姑娘為了讓黎伯伯能夠安心於社區居住，便與中心商討黎伯伯的服務的安排。在過程中，馮姑娘最擔心黎伯伯的膳餐問題，中心職員表示除平日之外，中心更可安排黎伯伯參加週日的日間照顧服務，全面支援黎伯伯的照顧及膳餐，減低長者的孤獨和無助感。



中心為黎伯伯提供專業評估後，安排一系列日間護理及家居照顧服務。考慮到黎伯伯要改變生活習慣，擔心他未能適應，於是每天安排護理員上門接送黎伯伯。另職業治療師經評估後，除提供現實導向、懷緬治療，生活化訓練予黎伯伯外，亦評估其家居安全，執拾家具擺放位置，令生活更有規律及減少跌倒的風險。護士每星期為他執拾藥物，又替他安排院車及護理員陪診，而且每天為黎伯伯提供膳食，令他每日都吃到熱騰騰的膳食，還有同工們每天的關心問好，都令馮伯伯的生活得到明顯的改善。細心的馮姑娘還會致電中心，向職員查詢黎伯伯之近況呢！

「笑容滿面的我」

有一次黎伯伯家中的門鎖有問題，中心安排司機即時上門為他檢查，減低他的憂慮。黎伯伯現在身心都較以前健康，經常笑容滿面，於不同的小組上都主動表達自己，認識到更多街坊好友，互相照應，他現在更是這個大家庭不可或缺的成員。



◀ 黎伯伯於不同的小組上都主動表達自己



▲ 護理員協助執拾其家具擺放的位置，減少跌倒的風險



◀ 每日三餐都吃到熱騰騰的膳食，還有同工們暖烘烘的問好



攜手協作的日子

為長者安排最合適的服務

負責社工：薔色園可泰耆英鄰舍中心 中心主任彭姑娘

田家炳長幼天地

個案長者：蕭伯伯

第一次合作，由電話查詢開始

大約半年前的某一日，工作人員收到 RW 彭姑娘致電查詢有關本局「長者社區照顧服務券」的詳情，當時彭姑娘對於服務內容及每一個組合的細節都用心地了解，希望長者得到最適切的服务。

翌日，工作人員便接到一位照顧者蕭先生的來電，希望了解服務的詳情，工作人員即安排他及家中兩位長者到中心參觀及講解。原來，蕭先生的父母—蕭伯伯及陳婆婆就是 RW 彭姑娘中心的會員。



工作人員從彭姑娘口中得知，兩老之間相處有道，關係非常融洽，但蕭伯伯有初期認知障礙症，兒子擔心兩老在家中易生意外，與彭姑娘及工作人員商議後，希望安排兩位一起到中心接受服務。唯當時只有陳婆婆持有服務券，工作人員建議一方面先讓蕭伯伯使用自資日間服務，回應即時照顧需要，同時由彭姑娘向社會福利署申請長期護理服務，令蕭伯伯能早日得到服務券。

緊密聯繫，密切跟進

自蕭伯伯及陳婆婆開始接受服務後，工作人員與彭姑娘之間一直保持緊密聯繫，讓雙方清楚了解兩位長者使用服務的情況及安排服務券的進度。

蕭伯伯和陳婆婆對中心的服務非常滿意，讓兒子蕭先生感到安心。但蕭伯伯接受的自資服務的費用較昂貴，對兒子難免做成一點負擔。



攜手協作的日子

三個月後，喜訊傳來

直至三個月後的某日，蕭先生帶著喜悅的心情致電工作人員，告知蕭伯伯已成功獲得「長者社區照顧服務券」，並已從彭姑娘手上接到「長者社區照顧服務券」證明書，可以正式使用本局的「長者社區照顧服務券」服務。

親力親為，用心付出

工作人員每次與彭姑娘聯繫，都感受到她是一位非常謙卑、為長者用心服務、並積極及投入付出的工作人員。除電話定期慰問外，彭姑娘更會親自到訪中心探望長者。在蕭伯伯申請「長者社區照顧服務券」的過程中，彭姑娘曾多次主動聯絡社會福利署了解申請進度，務求讓蕭伯伯能夠盡快獲得合適的服務，難怪每次當工作人員提到彭姑娘時，他們兩夫婦及其家人都對彭姑娘讚不絕口。



▲ 參加中心旅行活動



▲ 參觀太空館之旅



▲ 後右排為舊色園可泰耆英鄰舍中心主任彭姑娘及後左排為他們中心社工廖姑娘，前來探望長者



陪著你走：運動精彩每一天

中心多元化運動班 + 復康訓練 = 身體健康!!!!

方譚遠良健樂中心，顧名思義希望長者過得健康又快樂！長者年紀漸大，身體機能因而下降，適當的運動是重要的。中心設有健身室，長者可進行一系列的復康訓練；同時中心亦有健身教練為長者解答運動疑問及舉辦不同的運動小組。透過多元化的運動練習除了增強活動能力外，身體更會產生「安多芬」，釋放出快樂歡愉的感覺！



伯伯：「日日運動身體好!!!
精精神神迎接新一天!!
健身教練風趣幽默又鬼馬!! 有他
教我們做運動真是特別開心!!」

護老者：「中心經常舉辦
外出活動，她的身體
變得愈來愈健康！生活更
精彩!! 我們放心晒!」



你今日運動左未?



婆婆：「除了做運動外，
中心職員又會帶領我們用
樂器玩遊戲，鈴鈴
叮叮聲響遍全中心!!!」



中心名稱：保良局方譚遠良健樂中心
中心地址：觀塘秀茂坪曉麗苑商場 106 號
電話：2952-5601
電郵：fongtam.hc@poleungkuk.org.hk



保良局深水埗長者日間護理中心

陪著你走：用心聆聽



齊齊畫水墨畫～

鼓勵長者活到老學到老
聆聽護老者所需



參觀金管局之大開眼界！



◀ 第一次學習
坐式太極



9



扭出快樂～

我們的新嘗試：



護老者交流平台，
在照顧路上互相扶持



護老小組



護老講座

在照顧長者的同時，我們也關顧護老者的需要，針對需要提供協助，例如：不同主題的護老講座，提升護老技巧；不同的護老小組，讓護老者有機會相聚一堂，互相分享照顧心得，舒緩照顧壓力。

地址：深水埗白田邨 13 座地下 19 至 27 號

電話：2779 4418

傳真：2779 4438

電郵：shamshupo@poleungkuk.org.hk



陪著你走：

保良局癸未年樂頤居暨
耆安長者日間護理中心

結伴同行，盡展所能！

老了等於無用？很多長者都有此想法，只是他們沒看見自己的潛能！我們深信長者有不同的能力，只要找出，長者也能盡展所長！我們願意與長者同行，發揮長者潛能！



長者與同事一起製作小食，大家有口福！



老友記一齊開心唱歌練靚聲！

結伴同行怎少得你？

長者心聲：

郭婆婆：「開心要一起玩！我認識了一班朋友一起唱歌一起玩！」

林婆婆：「感謝中心的職員關心支持，伴着我鼓勵我，現在我比以前開朗！還認識到朋友一齊玩！」

黃婆婆：「我不懂唱歌，但一起學一起唱很開心！」



地址：深水步富昌村富潤樓平台及二樓

電話：2267 4579

傳真：2267 4250

電郵：ecoh@poleungkuk.org.hk

▲ 歡樂時光聚首一堂，建立友誼、發掘長者不同的潛能興趣，互相分享快樂和成果！
晚年生活仍多姿多彩。



緣未了：『老闆』你好

長者
張木源伯伯

◎家炳長幼天地

長者背景簡介

張伯伯過往是一位蠔場老闆，近年身體機能開始轉差並患有認知障礙症，他與太太同住，因下肢活動能力較弱，家人聘請了傭人協助張太照顧張伯伯的起居飲食。張伯伯於2014年2月份開始使用中心服務券服務。同事們都喜歡稱呼他為「張老闆」。每次他被稱呼「張老闆」，都會泛起笑容，從他的眼神得知，這稱號勾起他過往一些美好回憶，顯得更有自信及有成就感。



▲進行復康運動



長者及同事們眼中的張老闆

張老闆加入我們這小家舍雖然只有短短半年多時間，但已和中心的同事及老友記建立了非常深厚的感情，因為在我們眼中，張老闆是一位幽默、風趣、和藹可親的長者，經常逗得老友記及同事開懷大笑。

◀生活化訓練（自製下午茶）

傭人要回家，頓感徬徨無助

約兩個月前，張太收到了一個令她困擾的消息，一直照顧張老闆的傭人表示要回祖家，不再續約，令張太頓時感到徬徨無助，與家人商討後，決定安排張伯伯入住私營安老院舍。此時張太頗為擔心張老闆於院舍的適應問題，經過工作人員與社會福利署商議後，決定入住院舍初期繼續使用服務券服務，使張老闆於日間仍然可以回到熟悉的環境，好讓張老闆渡過適應期。



▲參加親親動物活動
（動物特工）



同事感到依依不捨

對於張老闆要離開我們這小家舍，大家都若有所失。在張老闆最後一日使用中心服務那天，同事們為張老闆籌備了一個歡送會。而張太亦準備了心意咭及美味的蛋糕，以答謝中心同事及老友記陪伴張老闆渡過愉快日子。當日我們從張老闆的眼神及言談中感到他依依不捨，張太更與工作員傾訴，在張老闆到中心接受服務期間，同事們如何協助她照顧張老闆，令她身為照顧者的壓力得以舒緩，當中的點滴及那份難捨的心情在歡呼聲中表露無遺。



▲ 職員與張伯伯及張太參與歡送會活動

被小家舍的活力感染，再次留下來

而張太亦認為張老闆自到我們中心接受服務後，明顯地變得開朗及更有活力。最後決定再次安排張老闆於日間使用自資服務。期望張老闆能夠繼續於我們這小家舍展現活力及風采，期望這樣的安排能讓張老闆渡過健康快樂的每一天。

居家安老專業小貼士

很多長者因年紀老邁，而部份更因智力衰退影響患者記憶、思考和判斷能力，以致出現生活起居混亂的情況。若能提供一個既安全、簡潔又有環境提示的家居環境，可大大提高患者的活動能力和家居安全。

地板：
採用防滑及不反光物料，選擇淨色設計，經常保持乾爽。

1

照明：
確保每處地方都有足夠的光線，多採納天然光。

2

睡房：
1. 以患者熟悉的個人物品佈置房間，幫助患者辨認。
2. 物件盡量擺放在伸手可及的地方，避免患者爬高或蹲下取物件。
3. 可安裝夜燈和指示牌協助患者於晚間找尋廁所方向。

3

走廊：

1. 電線要整齊捆綁好，避免外露。
2. 確保通道暢通無阻，不要擺放地毯。
3. 安裝合適的扶手。

4

大廳：

1. 傢具要固定擺放，不應隨意改動位置，留意傢具的擺設，盡量騰出空間讓患者活動。
2. 選擇邊緣圓滑的傢具或以膠墊包好傢具的角位，避免使用摺枱或摺檯。
3. 於當眼位置擺放日曆和時鐘。
4. 電話旁放置常用電話號碼的資料。
5. 不要擺放易碎的擺設。
6. 避免使用玻璃或鏡等的室內裝飾。

5

廚房：

1. 危險物品（如消毒劑、清潔劑、利器等）要鎖好。
2. 煮食後關掉爐具總掣，建議患者在照顧者陪同下使用廚房。
3. 若患者經常表現混亂或有胡亂進食的問題，應把廚房門鎖上。

6

門窗：

1. 大門經常上鎖，安裝開門響鬧裝置。
2. 患者經常使用的房門或熟悉的物品可用不同顏色加以辨別。
3. 安裝固定的窗花，窗簾繩應捆綁好。

7

浴室及廁所：

1. 使用防滑地磚，安裝合適的扶手。
2. 使用恆溫熱水器並將水溫設定至最低的熱度。
3. 以圖示提醒患者水龍頭的冷熱水調較方向。
4. 若使用浴缸，應安裝沖涼板；若使用企缸亦應提供有背和扶手的沐浴椅。
5. 只擺放患者需要用的梳洗沐浴用品，清楚標誌用品名稱，並固定放置在患者容易觸及的地方。
6. 地面要經常保持乾爽。

8

資料來源：長青網 (www.e123.hk)

護理員的故事

華永會生命教育及長者支援中心

敬業樂業 雲漢護理員

「我」是誰？

大家好！我係宗彩霞，大家可以叫我彩霞或者宗姑娘，轉眼間係雲漢做左接近一年。呢段日子，好開心可以服務唔同既長者；同時，亦都感恩可以係工作上識到一班好同事、好姊妹。



我係彩霞，我地似唔似兩母女呢？

「我」的招牌笑容：

我好鍾意笑，因為我覺得笑容係好有感染力，令人見到都倍感溫暖。

「我」的左右銘：

真誠待人，以人為本，希望雲漢成為長者第二個窩心的「家」。

一起走過的日子：

護理員係厭惡性的工作？非也！加我就認為呢份「工作」好有意義，人人都會老，長者就好似我既屋企人咁，表面上係我照顧佢地，但從長者們豐富既人生經歷中，讓我得著很多。

長者們眼中的宗姑娘：

招婆婆：宗姑娘，佢對我地好好嫁，服務做足 100 分！

譚婆婆：彩霞照顧得好體貼，又細心，成日噓寒問暖，我當佢係我個女黎。



宗姑娘，佢對我地好好嫁，服務做足 100 分！

雲漢工作的日與夜：

1. 照顧長者雖然辛苦，但可以服務長者係一種福氣；
2. 見到長者笑，我就開心、滿足；
3. 每位長者係獨一無二的，我會因應佢地既需要、習慣，從而用唔同既方式去照顧；
4. 工作上一班同事齊心合力，雲漢上下一心，服務團結又貼心。



工作團隊有商有量，萬眾一心！

「我」有一個夢想：

我希望令服務券的長者可以在歡笑聲中渡過每一天，陪住佢地渡過晚晴生活。



舉辦認知訓練、遊戲小組等等，玩得開心又過癮！

我們的護理員團隊

方譚遠良健樂中心

不經不覺，服務券計劃已推出接近兩年了。當中護理員一直站在前線服務長者，如同家人般悉心照料長者。在寒冷的冬天送上暖暖的食物，讓長者感受人間的溫暖；在炎炎夏日中付出汗水換來長者及家屬之感激及安心！



社工：你覺得從事長者服務最重要的是什麼？哪些片段令你最深刻？

方：最重要是細心、耐性、愛心及以友善的態度去對待長者。從事長者工作已一年，最開心的是得到長者及家人的信任。記得有次接一位患有認知障礙症的婆婆來中心，她主動地挽著我的手一起往中心，那一刻真是有種成功感！

社工：在照顧長者上曾遇到一些困難嗎？最後如何解決？

豪：記得有次接送患有認知障礙症的長者回中心，卻發現她不在家，我便立刻通知上級及嘗試在附近尋找她，最後於茶樓找到她。這次經歷讓我明白到了解長者的喜好及習慣之重要性，同時亦要與長者的家人建立良好之溝通關係。





社工：在照顧長者的經歷中，有一些特別深刻的感受嗎？

玲：我覺得長者雖然年紀漸大但活力十足，比我們更懂得體諒及關心同事。同時，在工作上亦與長者建立互信的關係。在此希望老友記每天都能帶著喜悅和健康回中心！



刊物名稱：居家安老通訊
編 印：保良局安老服務
編 委 會：保良局安老服務「服務券」團隊
地 址：香港銅鑼灣禮頓道 66 號
莊啟大廈 5 樓
電 話：2277 8888
傳 真：2890 2097
網 址：www.poleungkuk.org.hk
印刷數量：1000 本
出版日期：2015 年 11 月

如對服務有任何意見或建議，歡迎向所屬中心主任或職員提出。
你的意見有助我們持續改善，提昇服務質素，多謝支持。