



# 明愛醫院離院長者綜合支援計劃

## 保良局家居支援隊伍

中心通訊(2016年1月至3月)

**一年之計在於春，讓我們來計劃來年目標吧！**



**飲食均衡至重要，每日運動不可少**



**穩踏每步防跌傷，適用輔助步行器**



**正確使用平安鐘，生活放心好輕鬆**



**家居安全要知道，住得安心又稱心**



# 恭賀護理員劉姑娘獲得保良局長期服務獎



社工何生  
銀婉擺10年獎 12:47



PCW 陳姑娘  
恭喜銀婉 🙌 12:47



OT 樊生  
🙌🙌🙌 恭喜銀婉 12:47



PCW 鍾姑娘  
🙌🙌🙌 恭喜銀婉 12:47



社工梁姑娘  
銀婉好嘢 👍 12:49



PCW 李姑娘  
恭喜銀婉 🎉🎉🎉 😊 12:49



PCW 葉姑娘  
🙌🎉🎉 12:52



PCW 羅姑娘  
恭喜銀婉 12:53



嚴主任  
你地都可以架 13:16



PCW 翁姑娘  
👍🌸 13:33



常務助理謝姑娘  
🙌🙌🙌 恭喜銀婉 13:33



護士陳姑娘  
恭喜銀婉 🙌🍷🎉🎉 14:08



護士謝姑娘  
恭喜銀婉 🙌🙌🙌🎉🎉🎉 14:13



PT 戴姑娘  
恭喜銀婉 🎉🎉 14:15



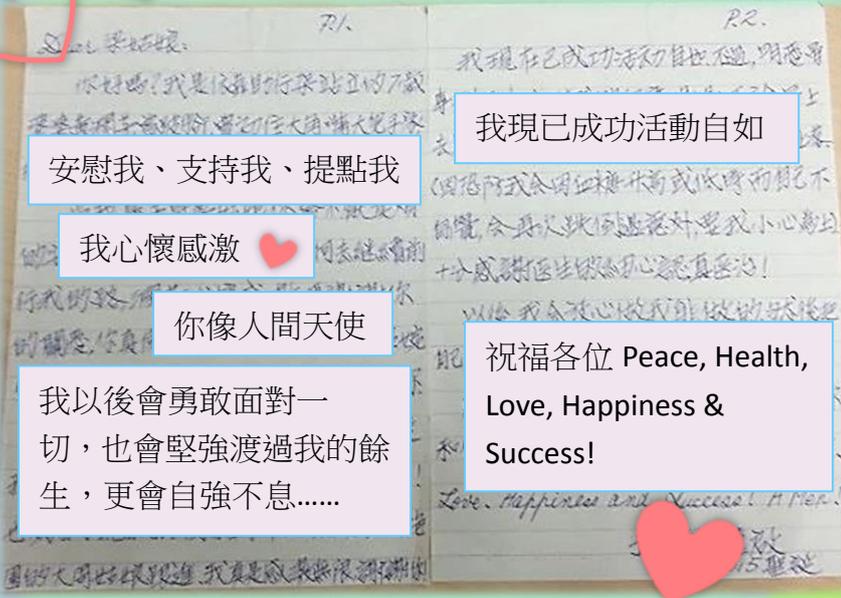
司機鄧生  
恭喜銀婉 🙌🎉🎉 15:00



很感恩能有幸加入保良局機會，當中有苦有樂，成為人生珍惜的體驗。更有幸能有好上司和同事，各方面都能坦誠面對，是本人最為感謝的。在此祝明愛支援隊各位身體健康、幸福、開心、好運永遠伴著你們。謝謝各位好上司好同事的祝賀。

15:16 ✓

# 感謝您們的支持，我們會繼續努力服務大家



安慰我、支持我、提點我

我心懷感激

你像人間天使

我以後會勇敢面對一切，也會堅強渡過我的餘生，更會自強不息.....

我現已成功活動自如

祝福各位 Peace, Health, Love, Happiness & Success!



明愛醫院院長翁綜合支援計劃  
保良局家居支援隊  
物理治療部  
葉慧儀 姑娘  
本人母親陳月群得到葉姑娘盡心盡力無微不至對老人貼心使她得到重大改善行動及身體  
多謝

4. (甲) 讚許/意見事項  
 明愛醫院院長翁綜合支援計劃  
 保良局家居支援隊  
 事發日期 / 時間: 17.12.2015 單位名稱: \_\_\_\_\_  
 讚許事項: 非常感謝保良局姑娘來幫陳月群做運動!  
 對中心建議: \_\_\_\_\_

感謝護士洗傷口，表現了責任心、愛心及細心

4. (甲) 讚許/意見事項  
 明愛醫院院長翁綜合支援計劃  
 保良局家居支援隊  
 事發日期 / 時間: 17/02/16 單位名稱: 元雅3703  
 讚許事項: 保良局姑娘个个好女子有聲許沒批評  
 對中心建議: \_\_\_\_\_

提供了物理治療及送飯服務

4. (甲) 讚許/意見事項  
 明愛醫院院長翁綜合支援計劃  
 保良局家居支援隊  
 事發日期 / 時間: 29/12/15 ~ 1/2-16 單位名稱: 張達軒 張牛標 701室  
 讚許事項: 對長者護理細心, 工作認真, 待人溫和與氣, 发自内心的  
 對中心建議: 嘉獎翁煒時女士

現在傷口已差不多好了，可以自己處理家務，感謝你們一直以來的照顧

## 新入職同事介紹

大家好，我是新入職的護理員翁姑娘，很高興加入保良局家居支援隊伍，因初入行尚有很多地方需要學習，幸好同事們都很樂意幫忙和教導，今後我會盡心盡力做好呢份工，服務各位老友記！



# 平安大使獎勵計劃

為加強長者健康知識及提高危機意識，本局於 2015 年 11 月至 2016 年 3 月期間舉辦『平安大使獎勵計劃』，讓長者能「居家安老」及達至「全人」及「全隊」關顧及照顧。

## 平安鐘大使



鼓勵長者正確使用  
及恒常攜帶平安鐘  
隨身按鈕



平安鐘（室內使用）  
一按主機或遙控  
掣，直駁平安鐘的  
熱線中心，為長者  
及有需要人士提供  
24 小時全面支援及  
關懷服務。



隨身寶（戶外使用）  
「一掣式」操作戶外  
平安鐘，一按掣便會  
直駁熱線中心，亦可  
接聽已登記的親友的  
來電，與服務使用者  
通話。



平安手機（戶外使用）  
具備基本流動電話  
功能，而機背特設「  
平安掣」，一按直駁  
熱線中心。

## 穩步大使

為減低長者跌倒的次數，會透過獎勵計劃鼓勵長者適當地使用及保養助行器具，提高長者、護老者和職員防跌的意識。



# 健康大使

由護士上門提供健康教育資訊及指導長者關注對流感注射之重要性及預防流感引起之併發症。



## 流感疫苗知多少? (答案在封底)

1. 以下哪項是患上流感之症狀?  
A. 發燒      B. 流鼻涕      C. 喉嚨痛      D. 以上皆是
2. 接種疫苗後可能出現的副作用?  
A. 頭暈      B. 注射處紅腫或發燒，1至2日痊癒  
C. 手腳乏力      D. 高血壓
3. 長期病患者或長者患流感可能出現的併發症?  
A. 支氣管炎或肺炎      B. 中風      C. 白內障      D. 糖尿病
4. 何人合資格免費接種流感疫苗?  
A. 成年健康人仕      B. 65歲以上長者
5. 長者應到何處接種疫苗?  
A. 專科或普通科門診      B. 已登記參加疫苗資助計劃之診所  
C. 以上皆是

# 家居安全大使

由職業治療師提供預防家居摔跌陷阱的資訊，向長者及護老者派發家居安全單張，教導家居環境安全小貼士。



浴室加裝扶手



防滑膠墊



加裝床欄



夜明燈



# 活動花絮

# 紀律部隊義工歲晚家居清潔



各位阿Sir, Madam  
辛苦你地呀! 😘

## 人生回憶錄

畫 陳謙



存 局 保 良



陳謙伯伯



吳貞先婆婆



鍾秀珍婆婆



重整生命片段

肯定人生價值





# 活動花絮

# 樂在耆連

## 長者數碼網絡計劃



由已受訓的培基書院青年義工上門教授長者使用平版電腦。讓長者學習如何上網搜索軟件、瀏覽健康資訊、玩樂益智遊戲等。



## 樂享晚晴之環保殯葬體驗之旅

透過聖雅各福群會職員講解及參觀九龍殯儀館、鑽石山撒灰紀念公園，讓長者正面地思考及準備個人之身後事，達致後顧無憂圓滿人生。





# 活動花絮

## 實現千歲願 2016



機場富豪酒店午宴



精彩表演



滿載而歸



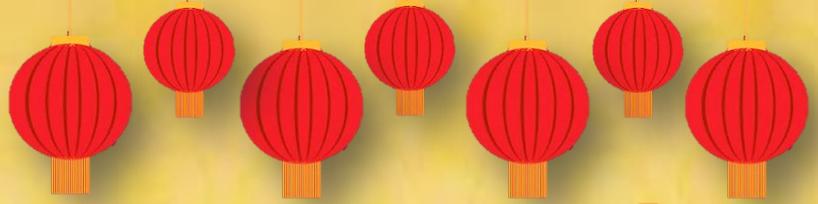
# 新春 派利是

祝願各位老友記  
身體健康  
如意吉祥





# 活動花絮



## 丙申年敬老賀新春活動



### 靈猴躍動慶豐年

吉祥

如意



吉祥

如意

吉祥

如意



吉祥

如意

## 活動預告-健康講座

★退化性膝關節炎：護理及運動  
 2016年5月9日上午11時  
 地點：白田邨



★慎防食物中毒  
 2016年5月20日下午3時  
 地點：富昌邨



如欲報名或查詢，請致電中心 3408 6358  
 與職員聯絡。



# 家事分享



聖誕聯歡  
2015



物理治療師  
戴姑娘  
生日快樂!



職業治療師  
樊先生  
生日快樂!



近日社會太多負面情緒，今期建議一些減壓小貼士，讓大家一同發放正能量，踢走負面思想。



多接納：人生不如意事十常八九，會來也會走！

多感恩和體諒：算算自己仍擁有的，體諒自己和別人也有弱點和限制。



多從危機中學習：有得必有失，凡事也可從正面去看！

多抒發情感：找個你信任的人盡訴心中鬱結。



多欣賞大自然：看看藍天白雲，月圓月缺，鳥語花香，享受此時此刻！

如對本隊服務有任何意見或建議，可致電 34086360 或聯絡下列負責人。你的寶貴意見有助我們持續改善，提昇服務質素。

負責人	嚴曉玲女士 單位主任	林玉儀女士 社區服務經理(安老服務)
地址	九龍深水埗永康街 111 號 明愛醫院懷愛樓 1 樓 109 室	香港銅鑼灣禮頓道 66 號莊啟 程大廈 5 樓
電話	34086360	22778389
傳真	23714561	28902097
電郵	cmc@poleungkuk.org.hk	anne.lam@poleungkuk.org.hk

督印：嚴曉玲主任

編輯：李詩詠姑娘

出版：明愛醫院離院長者綜合支援計劃  
保良局家居支援隊伍

數量：300 份

(印刷品)

明愛醫院離院長者綜合支援計劃  
保良局家居支援隊伍