

# 香港明愛 安老服務

第四十一期 2020年2月「嘉書」

## 明愛李嘉誠護理安老院

地址：新界屯門華發街 16 號

電話：24412923 傳真：24414669

電郵：selksho@caritassws.org.hk

網址：www.caritasse.org.hk



### 讓生活有「聲」有色

普遍人誤以為年紀愈大，機能及聽力亦會減退，所以和長者溝通是有一定的困難。不過，事實是如果長者能及早關注及保護聽力，善用聽力儀器，他們的晚年生活也可以活得有「聲」有色。

過去助聽儀器可包括助聽器和傳話器，以往被批評質素較差，會有大量雜音令長者抗拒。感謝李嘉誠基金會慈心計劃，於 2019 年 11 月 12 日至 13 日期間，到院舍為 36 名長者提供聽力測試，最後有 29 名長者獲捐贈助聽儀器。事實上，長者如有需要配戴助聽儀器，就以及早配戴較理想，因為長者聽力退化多為神經性退化，在退化初期讓聲音刺激大腦，有助大腦重新學習接收聲音。今期通訊，會為大家介紹有關計劃。另外，為響應環保，「嘉書」通訊由今期開始會以電子版形式呈現。祝各位身體健康！

督印人：	目錄	
院長陳詠怡	D.1	編者的話
	D.2	耆義餐廚助手
編輯成員：	D.3	GoGO Wish 願望成真計劃
張洛明、陳雯蕸	D.4	智好戲劇團公演
	D.5	防跌大使
供稿同事：	D.6	綠惜先鋒
張洛明、梁梓烽、李忠鍵、	D.7	慈心計劃—助聽器資助
馮晴偉、梁詩敏、葉金龍、	D.8	屈才設計—亞軍得主裴曼羅 TVB 訪問
羅向晴、黎植華、陳詩棋、	D.9	院舍餐膳大革新
陳雯蕸	D.10	營養學入門
	D.11	明愛安老服務 40 週年籌款活動
印刷數量：	D.12	親友座談會內容
50 份	D.13-14	院友活動花絮
	D.15	嘉事廣場—新入職同事介紹
印刷日期：	D.16	服務質素標準介紹+服務意見問卷
2020 年 2 月		

# 助人自助 — 「耆義餐廚助手」

## 義工小組

一級活動幹事 陳雯蔚



院友協助預備火龍果供晚餐用

「耆義餐廚助手」是院舍新組成之義工小組，邀請多位院友成為義工，為全院院友預備餐前水果或協助廚師預備食材等工作。



院友協助樓層切水果蔬菜，他們很主動，學習能力強，衛生意識良好。活動完成後會自行分工收拾用具，濕布清潔枱面以及刀具砧板。院友樂於參與活動，亦認為活動具有意義，更有院友表示已經多年未有用刀，切水果令他覺得自己有能力及價值。透過培訓院友成為義工，賦予他們角色助人自助，提升能力感，增加對院舍的歸屬感。

看看院友多認真專注



院友義工活動前要先洗手、戴手套和口罩





# Gogo Wish 願望乘車計劃



社會工作助理 葉金龍

Gogo Wish 願望乘車計劃是為有需要的長者辦理個人事務或完成心願，例如飲茶、購物、探親、掃墓、郊遊等。此計劃特別希望協助最末後無靠、最卑微無助及最失落無救的一群長者。

院友黎瀚鑑有幸成為是次計劃的首名乘客，感謝善長慷慨捐贈七人小巴。啟動禮後，瀚鑑到達柴灣歌連臣角道拜祭爺爺媽媽、爸爸媽媽及弟弟。瀚鑑稱因著健康理由，加上兒子離港工作，已有數年沒有掃墓。



得到計劃支持，加上健康情況轉佳，以及一眾教會朋友和計劃義工集氣。掃墓者瀚鑑努力走畢六層樓梯到達目的地，整個過程更有別於他一貫輕鬆幽默的作風，那個認真努力的他，令人深感佩服。



院友對是次乘坐「願望乘車」拜祭家人表示十分感恩，未來更希望能夠繼續透過此計劃，完成更多心願，同時也能讓更多人參與。



# 「智好戲」劇團巡迴演出

社會工作助理 梁詩敏

本院兩位院友於 2019 年 9 月 21 日參與了安老服務「智好戲」劇團巡迴演出之首演。劇團的目的是透過話劇演繹，增加大眾對認知障礙症的認識，促進預防認知障礙症。



院友裘曼羅

裘曼羅：「大家好，參與劇團純粹是為了建立興趣和學習新事物，未想到參與後學習了與認知障礙症患者的相處技巧，因此與他們相處時變得得心應手，期望將戲劇的好處推廣予其他院友。」

蕭何儂：「大家好，多謝院長鼓勵了我參與劇團。在院舍擔任義工時，主要是關顧認知障礙症的院友，但過程中遇到很多溝通困難和不理解。透過話劇演繹和學習，增進對認知障礙症的認識，消除了對認知障礙症之誤解和增強了與他們互動的信心。」



院友蕭何儂

與團友一同努力為首演傾力演出



一班老友記和院舍職員到場觀賞首演

明愛



自參與劇團後，兩位院友對戲劇深感興趣，認為以戲劇的形式將資訊告知大眾非常有趣。因此，她們嘗試在院舍推廣院友一起參與，例如在院內耆樂歡聚小組內推廣嘗試。她們首次在 9 月 7 日中秋節活動中表演了「嫦娥奔月」的戲劇，院友及親友極力讚賞。



# 「防跌不倒翁， 你我做得到」

一級物理治療師 梁梓烽

根據醫管局及本地研究統計<sup>1</sup>，每年的兩至三成長者曾跌倒，其中約一成長者更因此骨折<sup>2</sup>。為了有效預防院友跌倒及減少使用約束物品，本院近年於硬件上持續增加了不同用具。如半床欄、響鬧安全裝置、紅外線離床警報器等。



軟件上，除職員一年四次的防跌相關培訓及個案分析外，院友方面我們亦於 8/10/19 舉辦了跨專業防跌講座(物理/職業治療師、社工及護士)，透過生理和心理教育院友防跌知識及正確使用助行器具，提升院友防跌意識。

為了進一步延續及推廣防跌文化，我們於每樓層邀請了一位院友作防跌大使，職責包括：

1. 留意院友是否正確使用助行器具
2. 提醒院友不要作高於自身能力的行為，如自行作轉移、協助其他老友記推輪椅或除掉安全帶等
3. 關心院友是否完成物理治療師教授的自助運動
4. 與職員一同巡視樓層，例如留意地面有否濕滑或障礙物等



防跌大使：院友黃玉梅(左)、何惠芳(中)、黃秀芳(右)



<sup>1</sup>醫院管理局(2015): Guideline for prevention and management of elderly falls

<sup>2</sup>衛生署基層醫療辦公室(2016): Hong Kong Reference Framework Hong Kong Reference Framework for Preventive Care for Older Adults in Primary Care Settings Module on Falls in Elderly



# 綠。惜先鋒

一級活動幹事 陳詩棋

為響應環保及應對政府未來推行之垃圾徵費計劃，院舍成立綠。惜先鋒小隊，希望能鼓勵院友以環保為目標並減少廢物。活動特意邀請五位院友為活動擔任綠。惜先鋒，負責每星期到各自樓層進行回收，每當院友配戴上綠惜先鋒的彩帶都會格外醒神。活動更能讓各院友了解更多回收知識及程序，提升環保意識。



綠惜先鋒為院友頒發獎勵手冊及蓋上印仔，儲滿印花可獲贈參與一次飲茶活動，故反應熱烈



綠惜先鋒積極向各院友宣傳回收活動

綠惜先鋒與綠惜回收車，車上會分類好不同可回收物品，包括有報紙、鋁罐、玻璃樽、膠樽、衣物，收穫豐富



# 慈心計劃-助聽器捐贈

督導主任 張洛明

慈心計劃由李嘉誠基金會贊助，為有聽力問題的院友提供即時聽力測試及配戴耳機。本院於 12/11 及 13/11 兩天為全院 36 位院友進行聽力檢查及 29 位院友配戴新耳機。此計劃令院友能重拾與人對話和溝通，增強院友表達信心，亦改善院友對於聽障有關的情緒困擾。



聽力學家細心聆聽院友的說話，亦耐心為院友調配耳機，過程令院友放鬆又放心

耳機效果比一般舊款耳機顯著，能為院友帶來聽力方面的高質素享受，從而改善與別人溝通，院友都感到十分高興呢！



護士、護理員和家人的協助也很重要，一同與院友驗耳和配帶耳機也大大增加準確度！



# 展才設計 2019

督導主任 張洛明

去年第九屆舉辦的「展才設計 2019」，由香港理工大學及服裝學系綾緻康健服務中心與不同的社福機構協辦。本院院友袁曼羅喜獲最佳設計亞軍，並接受電視節目「開心老友記」訪問。

社工看到曼羅對手互創作富有個人特色，也樂意嘗試新事物，對服飾配襯有主見，於是便推薦其參加「展才設計 2019」。曼羅在設計中表達了很多個人想法，她認為現代女性有很多性感的打扮，但男士們往往因傳統觀念，未能好好表現體態美，所以這次設計的對象沒有特定的人，而是所有的男士，她認為「男士們也可以穿性感衣服的，也可以勇於表現自己美的一面」，於是這套性感男裝便製成了！

曼羅(左二)與設計師合作完成的作品:性感男裝



模特兒為本院一級活動幹事黃毅豪先生(右一)

活動在 2019 年 4 月 7 日進行，當日與本院職員黃毅豪先生穿著的性感男裝更得到在場觀眾歡呼尖叫！期後，曼羅被電視台邀請接受訪問，並出席 7 月 4 日開心老友記節目，與其他得獎長者分享設計意念。

「展才設計」將康健服務的訊息帶到社區，計劃讓長者及傷健人士發揮所長，除提升他們的價值外，更能體現了長青共融的力量。



曼羅(正中)被邀請接受訪問出席 7 月 4 日  
電視節目:開心老友記



活動當日手工組的院友親自製作  
的花束祝賀曼羅獲獎







# 院舍餐膳大革新

言語治療師 馮晴偉

很多院友因為認知障礙，中風，帕金森或其他長期病患等問題，進食上出現困難。言語治療師除了因應院友的情況提供特別的餐類之外，也致力完善院舍餐膳上的安排。

## 引入碎餐

過往院舍主要提供四款餐種；包括正餐，拆餐，免治餐及糊餐，當中某些餐種的差距太大。有見及此，本院於去年八月份起引入碎餐；碎餐是介乎拆餐與免治餐之間的餐種，體積約  $1.2 \times 1.2 \text{ cm} \times 1.2 \text{ cm}$ ，令院友咀嚼時更容易處理，但同時間可以保持食物本身的外觀，在進食安全及生活質素中取得平衡；現時已有二十多名院友進食碎餐，當中大部份更是由免治餐提升過來，證明確實有其需要。



碎餐減少某些餐種的差距

## 添置吞嚥能力的裝置

另外，為了改善現時言語治療服務的質素，本院也即將增添一些專為院友改善吞嚥能力的裝置 - 表面肌電圖。此裝置能夠量化院友吞嚥能力的表現，更能準確地監測院友吞嚥的狀況及提供更針對性的治療。此外，此裝置也能透過電流輸出，加強吞嚥肌肉的力量，從而改善整體進食的能力。



吞嚥能力的裝置



# 營養學入門

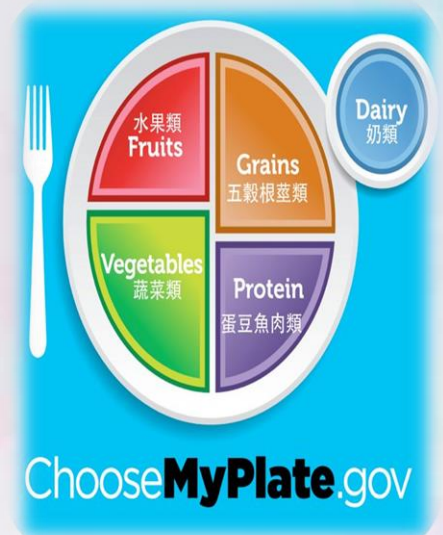
註冊營養師李忠鍵

要講均衡飲食，我們先要由最基本的營養知識說起。人體需要進食食物，從食物中攝取營養，以維持身體各部份運作，如果缺乏其中一種營養素，會令身體做成不同程度的問題。七大營養素包括碳水化合物、蛋白質、脂肪、礦物質、維他命、纖維素及水份。

人體需要的能量稱為熱量，維持身體基本需要，例如步行、進食、以及心跳和呼吸。七大營養素當中，碳水化合物、蛋白質和脂肪提供我們身體所需要的熱量，每一百克 (100 g) 碳水化合物及蛋白質含有熱量四千卡 (4 kcal)，而同樣地每一百克 (100 g) 脂肪則含有九千卡 (9 kcal)，所以脂肪含有的熱量比較高。如果攝取過多熱量，身體會把多餘的熱量轉化為脂肪，儲存於皮膚下面及身體各器官，作為後備能量，令體重上升，如果大家想控制一下自己體重，就要先從減少脂肪攝取入手。

另一方面，長期攝取熱量不足，會做成肌肉流失及體重下降，令體質轉弱，抵抗力下降，增加患上各種疾病的機會。總括而言，均衡飲食最重要，建議大家從不同種類食物當中，攝取各種營養，切忌偏食，當然需要配合運動，每星期最少做三次中等強度的帶氧運動，加強肌肉力量，維持健康體重。

家人們十分關心院友的胃口及進食量，會在市面上購買營養奶粉帶到院舍，希望院友改善營養攝取，但提供任何營養飲品之前，先要了解院友個別的營養需要，未必每位長者都適合飲用。如有問題，請先詢問營養師的建議，以免浪費金錢及影響健康。





# 明愛安老服務 40 週年



## 籌款活動

明愛安老服務 40 週年籌款活動多得各界鼎力支持，共襄善舉，一共籌得

**\$131364.4!** 籌得善款將會用作支持明愛各項服務，例如照顧社會上

最末後無靠、最卑微無助和最失落無救的社群!



慈善硬地滾球邀請利孝和及東華三院戴東培護理安老院作慈善賽，各隊實力旗鼓相當!



慈善放題：參加院友對著美食胃口大開，開懷暢飲!



職員黃生在慈善海鮮宴中落力表演!



院友大力支持慈善金曲耀明愛，更合唱名曲「相識也是緣份」!



慈善下午茶，院友對廚師的燉川芎白芷魚頭湯讚不絕口呢!



慈善攝影日：家人帶來院友愛犬一起拍照，場面溫馨感人



# 親友座談會

督導主任 張洛明

9/11/2019 舉行的親友座談會，討論有關政府向公眾諮詢預設醫療指示和病人在居處所離世的立法建議，並鼓勵長者及家人於諮詢期內向政府提出意見。

甚麼是「預設醫療指示」？

通常以書面作出的陳述，訂立人在精神上有能力作出決定時，在陳述中指明自己一旦無能力作決定時所拒絕的治療。

甚麼是「在居處離世」？

通常指病人可在其選擇的地方渡過最後的日子，例如在家中，安老院或護養院，而不一定在醫院。



親友們對院友在院舍離世及訂立預設醫療指示作熱烈討論



座談會請來寧安服務葉姑娘分享有關預設醫療指示資訊



## 延智服務



認知障礙症服務方面，院舍添置了新型的地上互動投影系統(omiVista)，它能投射出不同的互動遊戲作認知、感官及身體活動能力訓練





# 院舍活動隨影



小學生義工到院舍探訪，讓院友們體驗平板電腦及 VR 眼鏡，院友們感到十分新奇



魔法義工團隊探訪為院友帶來魔術表演



院友趙婆婆及梁伯伯取得慈善硬地滾球比賽 2019 季軍殊榮



耆幻藝行小組與院友進行遊戲，院友們都面帶歡笑



義工與各院友進行椅子舞交流，院友們十分投入，每個人都手舞足蹈





院友前往國際展覽中心，參加由尊賢會舉辦的「耆舞派對 2019」。讓院友與場內逾千位參加者一同享樂及交流椅子舞



耆樂歡聚小組在中秋節活動演出應節的民間故事 — 「嫦娥奔月」



王婆婆在慈善金曲耀明愛活動中，與職員為大家獻唱「友誼之光」



宋婆婆最喜歡的名曲會知音活動，邀請不同義工團體為院友表演金曲，院友樂在其中



快樂椅子舞小組成員於慈善海鮮午餐表演一曲〈路邊的野花不要採〉扇子舞



每三個月舉行的生日會，替生日月份院友慶祝生辰，送上祝福及帶來歡樂

# 新入職同事介紹



職位	姓名	職位	姓名
註冊護士	王淑娟	社會工作助理	葉金龍、羅向晴
登記護士	陳煥珍	一級活動幹事	陳詩棋、陳雯蔚
個人護理員	李深娥、林美祝、王敏娟、 羅冬好、鄭歡余、 王秀春(半職)	服務員	黃美潔、甄麗貞
護理助理	包芷艷、王玉英(半職)、 李秀媛(半職)	司機	吳錫偉

## 註冊護士 王淑娟

我是二樓主管註冊護士王淑娟，今年9月開始很高興能夠加入明愛李嘉誠護理安老院，為各位老友記提供專業護理服務。我希望能夠在能力所及的範圍內，跟各位院友及同工建立互信友好的關係，亦希望能為各位老友記譜出和諧溫暖的晚年生活。



## 社會工作助理 葉金龍

大家好！我是七月新入職的社工葉金龍先生，很高興能夠加入明愛李嘉誠護理安老院。我主要負責二樓樓層的社康及福利事宜。雖然主要負責二樓，但其他院友有任何需要，都歡迎來找我。除了作為社工，我更想成為這個「家」的一份子，希望能與大家互相關懷，相親相愛，組織「家」的感覺，謝謝各位。



## 社會工作助理 羅向晴

大家好！我是八月新入職社工羅向晴姑娘。很開心能夠加入明愛李嘉誠護理安老院的大家庭。雖然我主要負責三樓院友福利事宜，但歡迎大家在院舍碰到我可以同我聊聊天打聲招呼。我希望各位能夠與我一起建築一個快樂和溫暖大家庭，以後請多多指教！



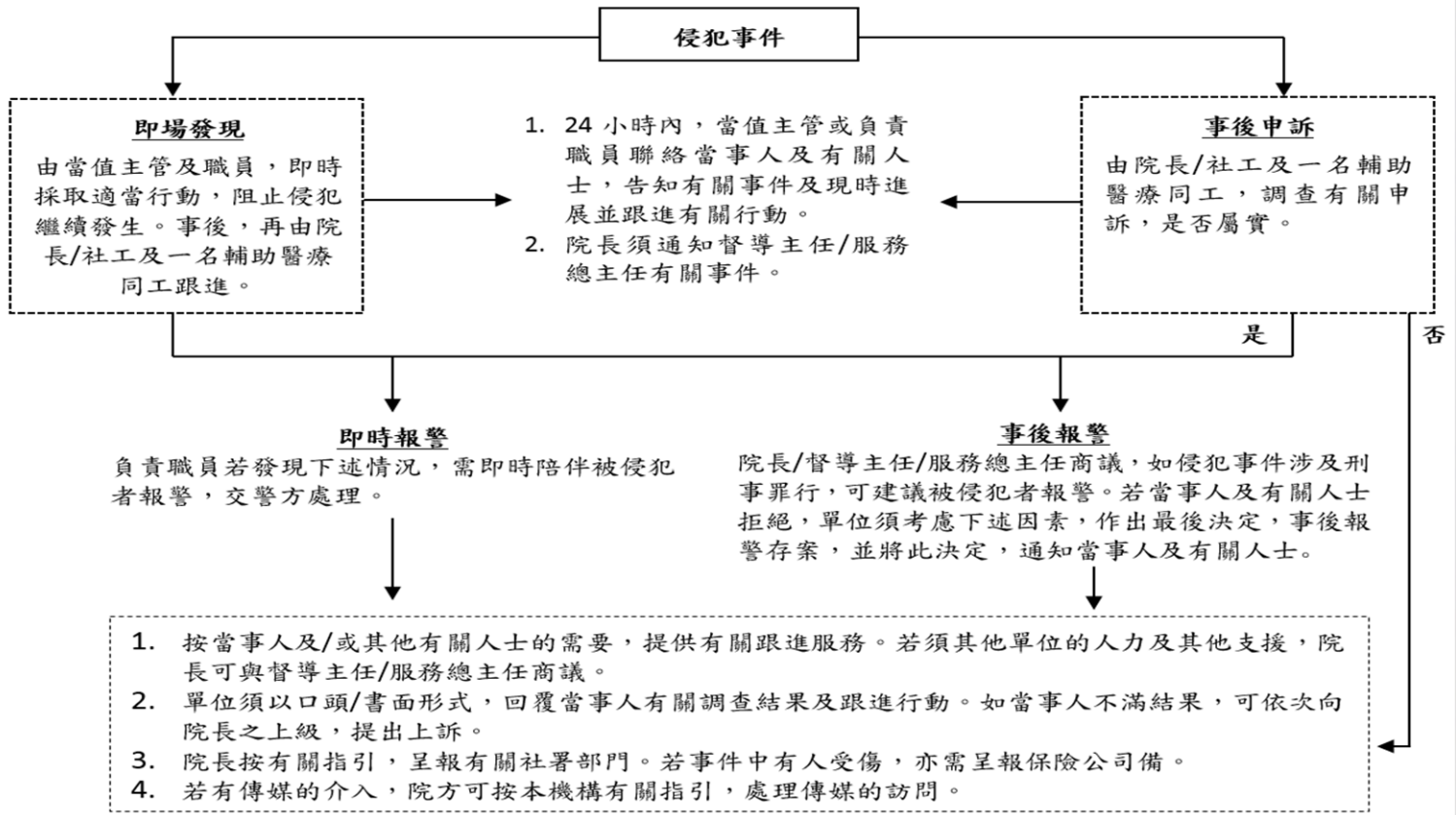
# 服務質素標準介紹

社會工作助理 羅向晴



大家好，今期我將會為大家介紹「標準 16 - 免受侵犯」。指院舍應確保服務使用者、職員或訪客處身在安全的環境，免受任何形式的侵犯，包括：言語、身體、性方面等傷害。倘服務使用者、職員或訪客遇有任何類型的侵犯事件，服務單位應以積極和謹慎的態度處理及作出跟進，並協助受害者，讓其得到公平的對待。

## 處理侵犯事件流程圖



## 定期服務滿意調查及服務質素標準之政策及程序意見收集問卷

院舍致力為各位院友及親友提供專業適切的服務

現歡迎各位於 31/3 前提供寶貴意見，如有需要可向社康組查詢

定期服務滿意調查(2019-2020)

服務質素標準之政策及程序意見  
(2019-2020)

