



香港明愛 安老服務

第四十八期「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

愛與希望

社工羅笑英姑娘

「希望在明天」一句深入民心的廣告對白，家喻戶曉。大眾市民對「希望」都深存盼望，那麼「希望」與我們有啥關係？學者洛佩茲在其著作《讓希望發生》（「Making Hope Happen」）道出希望可以緩衝我們所受到的壓力、焦慮以及生活中各種負面事件的衝擊，藉以提升我們的幸福感。美國學者格魯普曼指出希望的關鍵因素 - 即信念和期待，可以讓大腦通過釋放內啡肽和腦啡肽模仿嗎啡的作用來阻斷疼痛，對人體的神經系統會產生影響，提升改善和恢復的可能性。「希望」對我們的身、心、靈帶來正面的果效，那麼，「希望」又從何來？

本院相信「愛」是「希望」之源，透過以「愛」服務，可以締造「希望」，為院友帶來生活的盼望！在此，感謝各親友及院友多年來透過政策參與及義工服務與我們一起用「愛」共建李嘉誠這個大家庭，給院友帶來「希望」！ 參考資源：滿懷希望能給你帶來五大意想不到的好處 - BBC News 中文

督印人：

院長李妙兒

編輯成員：

廖楚嵐

供稿同事：

羅笑英、黃彩梅、梁詩敏、李忠鍵、

鄭慧玲、利詠欣、廖楚嵐

印刷數量：30 份

印刷日期：2023 年 12 月

目錄

P.1

編者的話

P.2-4

「愛」傳遞 - 院友義工介紹

P.5

「愛」完滿 - 咕兩願計劃

P.6

「愛」有營 - 秋冬美食推介

P.7-12

「愛」的足跡 - 活動花絮

P.13-14

「愛」的呼喚 - 鳴謝與義工招募

P.15

會訊通「資訊欄」教學

P.16

意見欄

「愛」傳遞—院友義工介紹

報紙快遞義工



2樓院友義工邱家容伯伯每天下午1時都會不辭勞苦準時到地下寫字樓幫忙取報紙，然後派發到各樓層護士室，讓院友每日都可以閱讀報紙，緊貼社會資訊，他認為可以為大眾服務感到非常開心。

社工羅笑英姑娘

活動幹事鄭慧玲姑娘

廣播義工團隊



我們的廣播義工團隊會分別輪流在每天的上午9時30分及下午1時45分廣播當日日期、天氣、餐膳及院舍活動，讓院友得到更多資訊。



嘉誠士多義工



黃輝強伯伯表示非常熱愛這份「工作」，讓他在院舍找到使命感。他稱：「我是擔當這份工作的會計師，我會計算每位院友購買零食的數量，這份工作讓我在院舍的生活裡增添樂趣。」



製作餐單義工



義工蕭何儂婆婆每星期都有大約一小時的時間協助製作餐單，使其他院友得知當天的餐膳。

開心購物樂義工



在每個月的第二及四個星期四會在禮堂舉行開心購物樂活動，有些院友義工會擔當分貨工作，有些義工會擔當記錄院友購買物品的工作，有些義工會幫忙推院友選擇物品，義工團隊們非常負責任，時常主動問有什麼可以幫忙。

蜜蜜送義工

劉松濤伯伯後生是裁縫師傅，現發揮他的才能，協助修補院友衣物，此外亦協助製作活動物資(龍門)，讓院友能夠開心地玩棒子足球。



我們出動喇！

關愛義工隊：每週出動探訪體弱院友



不知不覺間，我在明愛李嘉誠護理安老院擔任義工已經超過二十年了。

二十多年前某日，接到社工黎姑娘來電說正籌備成立親友委員會，邀請我出席商議相關事宜。我答應了，正式踏出義工之路的第一步，直到今天。（除了新冠疫情中斷了三年多）

加入親友委員後，得到親友錯愛選為副主席。出席或主持過多項活動，如生日會、團年飯、中秋聯歡會等各式活動。

不能稱得上是好學生的我竟然在院內出任導師，教導院友使用觸控屏幕觀看照片。亦協助教導八段錦。除此之外，也嘗試過陪診、步行籌款、賣旗、賣獎券，更扮演過財神。

近年最主要是協助職業治療室的小組活動，如烹飪、啤牌、寫字等... 各項多姿多采的遊戲，也曾採訪個別院友和跟他們互動。

曾經有親友問我為何在媽媽離開後仍繼續出任義工？不怕想起會不開心嗎？我就偏偏相反，我每次上到院舍，祇會想起與媽媽一起時的一點一滴是多開心。所以，我極之樂意繼續行我的義工路。



「愛」完滿 一啱兩願計劃

社工黃彩梅姑娘

陳達德伯伯 84 歲，在院舍居住約兩年半。陳伯患有認知障礙症，受著認知退化的影響，溝通能力下降，對親人也未能記認。陳伯日常生活起居需要職員協助，平日以輪椅代步，因此，他甚少參與外出活動。

余太及余生 (妹妹及妹夫) 希望陳伯能多外出活動，他們知道陳伯年輕時對於長笛及音樂非常熱愛，期望能陪同陳伯重遊舊地。於是，他們與社工商議後，安排了本機構願望車服務，以實現願望。



陳伯曾於香港大會堂工作三十多年，於香港青年管弘樂團擔任長笛首席，並於 2008 年開個人演奏會。當日，陳伯重遊多年工作的香港大會堂及昔日母校香港仔工業學校。余生分享陳伯重遊舊地時，他會四處張望，對似曾熟悉的地方十分好奇，彷彿在思考一些往事。余生亦向陳伯展示一張昔日演奏會的宣傳海報，陳伯能一眼便認出海報中的人是自己，讓他勾起對音樂的熱衷。

在願望車途中，陳伯還不自覺哼起歌來，一直至返回院舍，心情很愉快！這令余太及余生感到很意外，這趟旅程對陳伯及親人都非常有意義呢！



「愛」有營

秋冬精選食譜 南瓜或蕃薯蓉

營養師李忠鍵先生

今次營養師介紹一款暖身甜品，適合進食不同食物質地等級的院友，而特別為體弱院友，可選用高營養版本。

材料

南瓜或蕃薯三分二碗，去皮去籽切粒備用（約 230 克）

鮮牛奶或鈣思補 100 毫升（高營養版本：加營素或怡保康奶粉三匙加入 80ml 暖水）

做法

1. 南瓜或蕃薯隔水蒸十至十五分鐘，或直至軟身
2. 將南瓜或蕃薯用湯匙壓成蓉
3. 加入鮮奶或營養奶，攪拌均勻
4. 隔水蒸八至十分鐘即可



營養師小貼士：

1. 帶來院舍食物必須徹底加熱，用保暖壺保溫，以免增加食物中毒的風險
2. 進食低鉀餐的院友應避免進食南瓜

愛的足跡-活動花絮

品味團圓工作仿



我自己整的奶黃月餅呀!好有成功感呀!



濃情中秋共團圓



今年中秋節很熱鬧呀!有院友唱歌、跳舞及有退休警察團體來表演!每一位表演者都很落力演出,讓院友度過了一個愉快的中秋節!



歡樂茶樓



譚伯羽中學探訪



日本美食巡禮



院友們著上和服來攝影區打卡，還可以品嚐很多日本美食，院友們都覺得很特別!是新的體驗呢!



我係小丸子呀!
好好味架!



齊上齊落擺滿 Fun



這天活動是親子競技日，親友和自己的長者一起合作玩競技遊戲，場面很熱鬧呢！

明愛賣物會



今年的賣物會總共賺到 \$20000 元以上，十分感謝支持我們的院友、家人及同工，製作了很多手工藝品賣出。



長者齊來運動會暨長者日



當天院友們十分投入比賽，
猶如觀看奧運會呀！



10-12 月生日會



嘉誠時裝秀



Hey 乜嘢叫做 IG 其實我哋唔知 淨係知企上台我哋都可以 (大四喜歌詞)



屯門繞道簡介會



屯門繞道簡介會：路政署代表到院為屯門繞道向院友進行諮詢，會議中，院友都積極提問，對自身的權益發聲！

全港優秀外傭及友善僱主嘉許禮 暨 護老者感謝週啟動禮



相片出處明愛賽馬會照顧者資源及支援中心

藉著嘉許禮，親友及其外傭互相表達謝意及感恩之情！

未來活動預告

- 動物醫生探訪活動 
- 魔力橋大賽
- 農曆新年慶祝活動 - 團年飯
- 新春團拜
- 麻雀大賽 
- 環球美食巡禮 - 韓國篇

捐贈鳴謝

社工梁詩敏姑娘

捐贈者姓名	捐贈項目	用途
梁雪珍女士	\$2000	聖誕繽紛樂
梁偉基先生	\$2000	環球美食巡禮 - 日本篇
陳賢添先生	130 隻豬籠餅	濃情中秋共團圓
楊淑娟女士	\$200	濃情中秋共團圓
陳落齊先生	4 副麻將、4 張麻將枱、 2 個麻將箱、3 盒籌碼	供院友日常娛樂

義工活動花絮

2023/07/28
老年好聲音



2023/09/15
品味團圓工
作坊



2023/10/10
日本美食巡
禮



2023/10/31
齊上齊落擺
滿 FUN



每月樂聚茶
樓



愛的呼喚-親友義工招募

歡迎親友加入本院的義工服務，以協助推行恆常小組和活動，如探訪及關懷有需要的院友（包括房間探訪、陪伴）、表演、節慶活動、旅行、參觀及興趣班等，與親友攜手合作，促進院友身心健康。

以下是本院需要義工服務的恆常小組及活動，歡迎於線上登記成為義工。

報名做義工喇！

我哋需要你！

掃一掃 QR Code
登記做義工啦！



會訊通「資訊欄」教學

活動幹事廖楚嵐姑娘



點解院舍咁多活動都有
send 院友的相比我架?

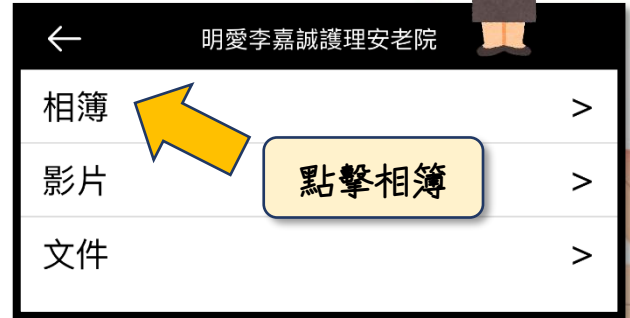
大家請跟著以下
步驟取閱相片啦!



1.



2.



3.



4.



5.



6.



提提你
由於資訊欄沒有紅點提示功能，
記得每月自行查看相簿喇！

意見欄

提供者姓名：

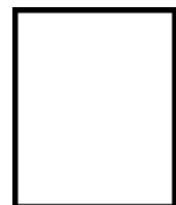
意見內容：

聯絡電話：

日期：

寄件人：_____

明愛李嘉誠護理安老院
新界屯門華發街16號



非賣品

 嘉書