

# 香港明愛安老服務

## 明愛馮黃鳳亭安老院

2023年12月版通訊

明愛馮黃鳳亭安老院  
新界粉嶺打鼓嶺坪輦路約1562號地段82  
電話：2659 2382 傳真：2674 7294  
電郵：sefwftho@caritassws.org.hk

督印：院長 鄧潔雯  
編輯：李麗、曾向山



### 編者的話

院長 鄧潔雯

今年是本院成立三十週年的大日子！感恩因疫情放緩，讓我們有機會可以與一眾嘉賓，親友和院友聚首一堂，一同慶祝30周年院慶。院慶當日節目豐富，除了慶祝典禮、表演活動外，我們亦舉行服務介紹日，讓各團隊向來賓介紹本院各項服務內容，讓大家對服務有更深入的了解。

而院舍服務能持續進步，實有賴本院一班用心投入工作的員工，非常榮幸我們的司機於「第六屆安老服務傑出員工選舉」中榮獲傑出員工殊榮，讓我們深感鼓舞！未來，我們將會繼續努力，延續鳳亭精神，用心服務長者！

### 今期熱點

### 頁數

編者的話	P1
專題分享-30週年院慶	P2-4
第六屆安老服務傑出員工選舉	P5
物理治療資訊	P6
健康資訊	P7
活動剪影	P8-9
服務特格-園藝治療	P10
活動預告	P11
職員動向 / 意見欄	P12

以愛服務  
締造希望



# 「感恩同行三十載，延亮鳳亭滿主愛」

「感恩同行三十載，延亮鳳亭滿主愛」是本院 30 週年院慶活動的口號！本院於1993年7月得恩人坪輦村居民萬氏祖堂捐出部份土地、馮黃鳳亭夫人家人贊助1500萬建築費及熱心人士捐款重建院舍。今年建院30週年，三十年來，感恩有馮氏家族、各位善長、合作伙伴、一眾親友、院友及各位同工，與本院一起攜手同行，讓我們的服務持續發展。



本院原址為聖高隆龐傳教女修會  
營辦之留產所



2023年院舍現貌



2002年地下內園的羅漢松樹



2013年地下內園的羅漢松



1996地下飯堂



2013地下飯堂

本院為慶祝30週年於2023年11月11日(星期六)舉行院慶活動。活動很榮幸邀請到馮氏家族成員出席支持。當日節目內容豐富，由明愛打鼓嶺幼兒學校的學生以充滿動感的唱歌表演為院慶展開序幕。本院院友以「明愛伴我行」歌唱表演及非洲鼓表演為活動增添歡樂氣氛，全場一起唱和打拍子。嘉賓、親友和院友一起回顧院舍發展的影片，一起細味院舍30的變遷，共同見證院舍的成長。建築師馮先生更分享了興建本院時的設計理念，場面溫馨感人。未來，本院會繼續努力，致力提供優質服務予服務使用者。冀盼下一個十年，再與大家一同攜手慶賀！



一眾嘉賓進行簡易而隆重的剪綵儀式，  
一同慶賀院舍成立 30週年



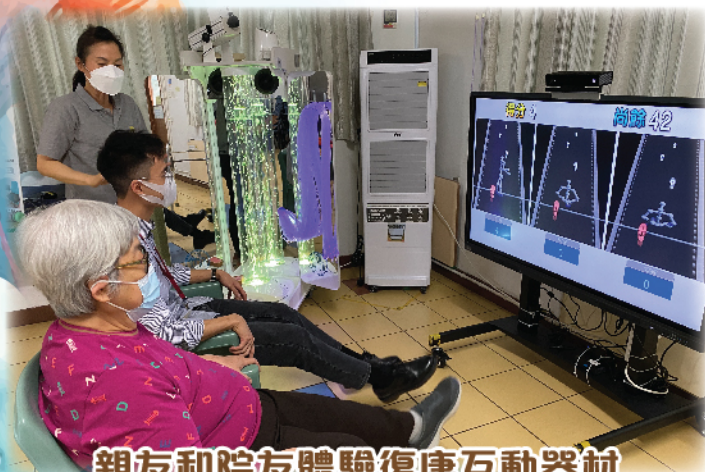
建築師馮先生分享本院的設計理念



親友細心欣賞院友的作品



院友獻唱『明愛伴我行』台下  
一起拍手唱和，全場氣氛熱鬧！



親友和院友體驗復康互動器材



院友非洲鼓表演，氣勢激昂

# 鳳亭30週年，院友親友心聲

社工 李麗



親友委員會主席吳惠琮女士

我媽媽今年107歲，在院舍已經住了超過二十年。這些年來，我深刻感受到職員用心照顧媽媽，經常噓寒問暖，又跟我們聊天開玩笑，感覺似一家人！我很榮幸在30週年院慶可以頒獎給「我最喜愛的鳳亭熱點」選舉中得獎的職員。鳳亭院舍充滿了濃厚的人情味，這裡就像一個家。

不經不覺我已在院舍住了超過六年，這幾年來我最開心是成為『親善之友』義工，可以充分實踐『老有所為、退而不休』的精神，每天推著助行架和新入住的院友打招呼，與院友談天說地，每日早上幫手摺報紙，有時協助分派A、B餐紙仔。現在我比以前返工更忙碌，生活充滿活力。



院友廖馬嬌



院友陸燕梅

係2017年聖誕節左右，我懷著忐忑的心情入住鳳亭安老院，進入住初期有很多憂慮……我比較內向，不善與其他人相處，好擔心在陌生環境生活。這幾年裏，我最難忘是可以結識到一班好朋友，大家每日一齊做運動、一齊參加活動、有傾有講，生活很豐盛。

我係院舍住了六年，在這個大家庭中令我最印象深刻的是職員，大家好似一家人，全心全意照顧我們。好似司機葉生、我成世人都沒有見過如此勤奮的人，每次打風佢都頂風冒雨回院舍檢查渠蓋，幫手清理，就算佢全身濕透都不言放棄，我真的由衷佩服。另外，在我2018年的脊椎手術後，在職員的鼓勵下我學會了『永不言棄』，我領會到『常存盼望，奇蹟才會出現』。我的復康過程雖然充滿痛楚、不安、等待和堅忍，我終於在2020年完全恢復至出事前的狀態，而家我可以用助行架『自由行』，還可以做義工，回饋院舍。



院友陳蓮珍

# 第六屆安老服務傑出員工選舉



葉英財先生於明愛安老服務擔任司機一職已有34年，他是一位有責任感、危機意識高及應變能力強的同事，對工作積極投入，主動協助院內大小事務，從不計較。葉先生更是一位「環保先鋒」，善於循環再用，為舊物品賦予新生命，製作成新用途，如：「鳳亭茶檔」大排檔售賣車、「輪椅防反固定器」等，並曾於機構舉辦的「Bingo員工獎勵計劃」比賽中獲勝。對於葉先生於「第六屆安老服務傑出員工選舉」中榮獲「傑出員工」獎項，實屬實至名歸！

## 安老服務傑出員工

葉先生感言：  
今次有幸於「第六屆安老服務傑出員工選舉」中獲得「傑出員工」一獎，除了非常感謝機構給予機會讓我發揮所長，更重要的是同事間的互相協助及上司的支持鼓勵，令我於明愛工作這34年時間非常開心及充滿滿足感，並全情投入工作，才能獲得此份光榮！

## 腰背痛



腰背痛是一種非常普遍的病症，每十名都市人當中，便有6-8名曾患有腰背痛。腰背痛可以出現於不同年齡層、性別及職業的人身上，可分為急性(即痛楚持續少於3個月)及慢性兩種。腰背痛除了會令腰部產生痛楚外，嚴重的情況下更會出現活動困難、手腳麻痺及乏力等徵狀。

腰背痛的成因很多，常見的包括：不正確的坐立或提舉重物姿勢、腰椎周圍的軟組織(如肌肉、韌帶等)扭傷、脊椎之間的椎間盤移位、情緒緊張、勞損退化、外來的創傷及過份肥胖等，而這些背痛會按身體的活動情況而增加或減少。但也有少數病例的成因是比較嚴重的，包括：脊柱側彎、椎骨感染、肺結核或癌症等，這些背痛還會隨時間而慢慢惡化。

治療方面，腰背痛可以靠藥物及物理治療來減輕徵狀；物理治療師會先進行詳細檢查，找出毛病的根源，然後用不同的治療方法，如手法治療、腰部牽引、熱敷或電療等來減輕患處的痛楚。當痛楚開始減退，治療師便會指導患者進行活動關節、伸展及強化肌肉的運動，以增強腰背肌肉的柔韌度、耐力和力量，進而減低復發的機會。另外，保持良好的站姿、坐姿、提舉重物及睡眠姿勢，也可大大減低患上腰背痛的機會。



## 呼吸道合胞病毒感染

### 病徵

呼吸道合胞病毒引致呼吸道疾病，例如氣管、肺部及中耳的感染。患者會發燒並有其他症狀，例如流鼻水、咳嗽、頭痛、食慾減退、身體感到痛楚或軟弱無力，及間中會引起中耳炎。

### 傳播途徑

這種病毒可通過直接接觸患者的分泌物、飛沫傳播，或通過受污染的手、食具或接觸剛染有患者鼻或喉部分泌物的物件而間接傳播。

### 預防方法

現時並沒有疫苗可預防呼吸道合胞病毒感染。因此，最好的預防措施是保持良好的個人及環境衛生。

#### 1. 保持良好的個人衛生

- 經常保持雙手清潔
- 洗手時應以梘液和清水清潔雙手，搓手最少20秒，用水過清並用抹手紙弄乾。
- 打噴嚏或咳嗽時應用紙巾掩蓋口鼻，把用過的紙巾棄置於有蓋垃圾箱內，然後徹底清潔雙手。
- 當出現呼吸道感染病徵，應戴上外科口罩
- 保持均衡飲食、恆常運動、充足休息、以建立良好身體抵抗力。
- 患者應避免接觸兒童、長者或抵抗力弱的人士。

#### 2. 保持良好的環境衛生經常清潔和消毒常接觸的表面

- 保持室內空氣流通。
- 避免前往人多擠逼或空氣流通欠佳的公眾地方；高危人士在這些地方逗留時可考慮佩戴外科口罩。
- 飲食用具用後應清潔及消毒，減少傳播疾病的機會。

# 活動剪影

一級活動幹事 曾向山  
福利工作員 殷兆邦

## 鳳亭學苑畢業禮



積極參與活動，院友儲夠印子學分後，一同參加9月的畢業禮及領受畢業證書，院友表現興奮！

## 非洲鼓小組



院友透過非洲鼓小組，體驗音樂的樂趣和豐富性。

## 明愛伴我行



院友樂於參與30週年院慶的歌唱綵排，十分投入。

## 明愛打鼓嶺幼兒學校探訪



明愛打鼓嶺幼兒學校探訪院友，以唱歌及玩小遊戲形式與院友互動，氣氛熱鬧。



## 親友活動 - 「小月球」燈籠工作坊



院友及親友一同製作小月球燈籠，透過藝術表達心意和祝福，慶祝中秋。

## 明愛沙田長者中心探訪



沙田長者日間中心的義工探訪活動，為院友獻唱經典金曲，院友表現雀躍。

## 鳳亭慶中秋2023



與院友們玩集體遊戲，吃月餅及節令水果共同慶祝中秋節。  
院友們都感受到濃烈的節日氣氛，樂在其中。

## 外出飲茶



齊齊去飲茶，真開心！



就到聖誕，影張靚相先

## 生命魔法

透過香港園藝治療協會邀請導師到院舍舉行園藝治療小組，讓院友能藉由植物啟發他們的五官六感，從視覺、聽覺、嗅覺、味覺、觸覺和參與自然活動中，感受植物豐富的生命能量，產生愉悅的心情，以療癒和撫慰心靈，同時延緩老退化。



院友們觀察植物成長進度並為植物澆水



院友在盆上貼上對生菜種子種植的期望



院友互相欣賞對方的植物且一同修剪植物形態



院友在認真聆聽導師指導

## 長聯會員大會

一級活動幹事 曾向山

是次活動透過模擬發佈會的話劇更形象化地了解長聯的工作目標。院友們都表現得很雀躍，積極參與大會活動的交流分享環節，氣氛相當良好。



齊齊動下腦筋！  
抒發己見！



我好開心！可以發表自己的想法！



# 活動預告

## 1月份至3月份

### 愛傳承·相中情

- 活動內容：透過活動讓院友體驗不同造型照片，讓院友留下美好回憶及倩影。
- 日期及時間：13/1/2024 (星期六)
- 時間：14:00-16:30
- 費用：\$30
- 負責職員：殷兆邦先生

### 金龍賀歲慶團年

- 活動內容：農曆新年將至，院友聚首一堂享用團年午宴，共慶新春。
- 日期：9/2/2024 (星期五)
- 時間：10:00-12:30
- 費用：\$35
- 負責職員：曾向山先生

### 新春花飾製作活動

- 活動內容：由園藝治療師與院友和親友一起製作精美乾花賀年裝飾
- 日期：29/1/2024 (星期一)
- 時間：14:00-16:30
- 費用：\$50
- 負責職員：古旆嫻姑娘

### 瑞龍呈祥迎新春團拜2024

- 活動內容：表演、抽獎、遊戲
- 日期：24/2/2024 (星期六)
- 時間：14:30-15:30
- 費用：\$40
- 負責職員：李麗姑娘

### 家的味道愛傳承

- 活動內容：由院友教授製作傳統客家醃蘿蔔，一起傳承傳統好味道。
- 日期：17/2/2024 (星期六)
- 時間：14:30-16:00
- 費用：\$30
- 負責職員：李惠瑜姑娘

### 濕地公園春日遊2024

- 活動內容：讓院友親身遊覽濕地公園，舒展身心和放眼世界，外出享用美食。
- 日期及時間：19/3/2024 (星期二)
- 時間：9:00-14:30
- 費用：待定
- 負責職員：曾向山先生

### 火警演習

- 活動內容：透過火警演習讓職員及院友學習及加強意識在火警發生之情況下如何安全地疏散逃離火場，加強大家的危機意識。
- 日期及時間：25/3/2024 (星期一)
- 費用：全免
- 負責職員：古旆嫻姑娘

\* 如以上活動有任何更改，會透過廣播及張貼海報通知，敬請留意！  
\* 還有不同小組/活動不能盡錄，可留意院舍每月活動總表。

# 職員動向



一級活動幹事

曾向山

大家好！我是今年十月新加入的職員曾向山擔任一級活動幹事一職。好榮幸能夠加入明愛馮黃鳳亭安老院這個大家庭。對於首次從事社福界工作的我來說，過去兩個月在院舍的工作帶來很多新體會亦從中學習了不少，其中包括尊重和包容別人。未來會積極構思不同類型的活動給各位院友參加！希望能夠發展每位老友記的獨特之處，讓他們能夠用自己的能力去服務其他人，心繫社會

大家好！我是廚師阿達。好開心可以加入明愛馮黃鳳亭安老院。大家如果對膳食有意見，都可以同我架!!我會努力改進!



廚師

馮偉達



## 意見欄

---

---

---

姓名及聯絡電話 \_\_\_\_\_ (自由填報，以便回覆)

歡迎您對明愛安老服務的單位提出寶貴意見及讚賞! (填後可親身交回、郵寄或傳真到本院)

Caritas Fung Wong Fung Ting Home

D.D.82, Lot 1562 Ping Che Road, Ta Kwu Ling, Fanling, N.T.

明愛馮黃鳳亭安老院

粉嶺打鼓嶺坪輦路約1562號地段82

電話：2659 2382

傳真：2674 7294

電郵：sefwftho@caritassws.org.hk

更多資訊，歡迎瀏覽明愛網站  
[www.caritasse.org.hk](http://www.caritasse.org.hk)