

香港明愛 安老服務

明愛利孝和護理安老院

地址：新界沙田崗背街17號

電話：2164-2400

傳真：2164-2426

網址：<http://caritasse.org.hk>

電郵：sehwlho@caritassws.org.hk

院訊

院長的話



「2023，是雨過天青的一年……」

疫情後的院舍進入復常的步伐，除了院友和家人要重新適應外，職員的心態要「先」快速地復常。因在沒有防疫措施枷鎖的同時，院舍要職員「先」自行將牢牢的「防疫意識枷鎖」拆牆鬆綁，過程中需要職員的配合，同時也需要院友和家人的合作和諒解，才能夠順利復常。雖然復常之後，疫情的痕跡仍處處可見，幸院舍上下一心，與家人一同以院友的福祉為目標。

本期院訊印證著院舍正式「復常」。大家可以在「活動花絮」及「活動預告」中感受到各團隊的合作，致力為院友回復充實的院舍生活。此外，來年院舍要應對政府提升院友在疫後的照顧質素及實行「垃圾徵費」。若想了解本院的應對方案，在「院務報告」中有詳細內容。最後，感謝大家一起走過這艱辛的一段，祝願大家「健康！平安！」，一起迎接2024。

2023年12月第19期院訊 內容大綱 頁數

院長的話及內容大綱	P.1
院務報告	P.2-4
工程報告	P.5-6
院舍新力量	P.7
營言健康飲食	P.8-9
都市固體廢物收費	P.10
活動花絮	P.11-14
活動預告	P.15
服務質素及意見欄	P.16

督印人：院長 彭艷姑娘

編輯：活動幹事 楊悅欣姑娘

院務報告 (一)

單向用膳安排



為降低傳染病透過飛沫傳播的風險，一樓飯堂於年初實施單向用膳，院友至今反應正面。而地下飯堂參考其做法後，已於五月實施單向用膳，未來亦將於二樓實施。期望藉此減低傳染病擴散的機會，保護院友的健康。

A/B餐



此圖為樣本，院友可在兩款餸中二選一。

會訊通



本院已推出「會訊通Memberlink」手機應用程式，加強院舍與保證人的溝通。本院將於2024年1月1日起，全面使用「會訊通Memberlink」及SMS發佈資訊。倘閣下尚未登記或有任何查詢，請盡快與樓層社工或活動幹事陳洪陽先生聯絡。

院務報告 (二)

「凝固粉」 套餐計劃

隨著有吞嚥困難的院友人數日漸增加，每日餐膳需要使用凝固粉的需求大增。本院為省減替院友訂購凝固粉的工作，故參考現時「雜費套餐」的運作，將於2024年4月1日推行「凝固粉套餐」計劃。暫定內容如下：

1. 月費：

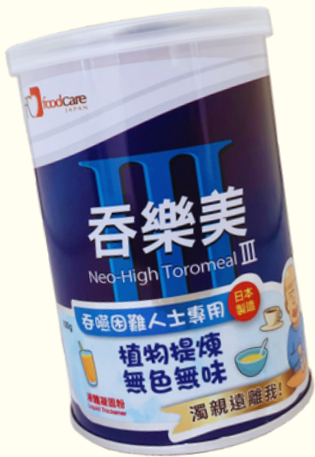
\$150（低用量院友）；\$400（高用量院友）

院友所需用量由言語治療師評估後決定。

2. 凝固粉牌子：吞樂美

（原產地日本；使用黃原膠配方；不易受唾液中的酵素影響，可在口腔內保持黏稠度。）

若方案落實會於本年度尾（即2024年2月或3月期間）以會訊通通知各位，及處理簽署同意書文件事宜。



院務報告 (三)

eCare院舍 管理系統 – 手機應用程式

本院於2022年開始使用「eCare院舍管理系統 – 手機應用程式」。目的為減少前線護理組同事的行政工作量和紙本運作，將照顧紀錄電子化，並提高數據的準確性，減少人為錯誤，從而提供更多時間讓護理組同事專注於護理院友的工作。

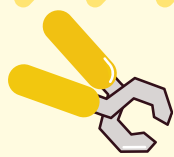
系統至今已運行一段時間，漸見成效。系統能讓數據集中處理、統計和分析，令主管更容易掌握院友的照顧情況。



若大家在探訪時看到護理組同事正聚精會神地使用手機，請不要誤會同事玩手機。同事正努力地將護理數據輸入至手機應用程式，請大家多多知悉！

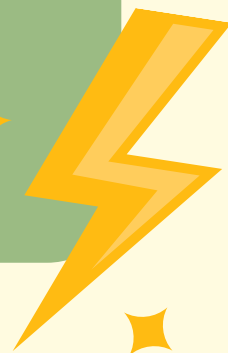


工程資訊



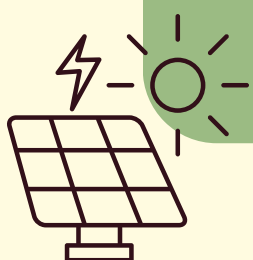
完成電力5年年檢

本院已於2023年6月順利完成電力5年年檢，現正跟進後續工作。



太陽能板第二期工程

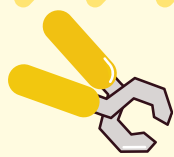
太陽能板第二期工程已完工，即將開展第三期工程，持續推動可再生能源使用。



更換龜池及洗衣房出口之消防門

龜池及洗衣房出口的消防門已更換，配以電子門禁系統，確保出入口安全。





工程資訊



一樓小廚及貨倉翻新工程

一樓小廚已完成翻新工程，包括更換地磚，以及加裝冷氣、玻璃，讓職員能在安全環境下工作，繼續提供適切的餐膳服務。另外，貨倉加裝了趟閘及重設貨架，劃分空間後能確保院友的安全，以及更好地利用空間。



二樓活動室翻新工程

二樓活動室裝修後已煥然一新，工程包括油漆牆壁及更換地板。院友可以在更舒適的環境下參加社康活動及職業治療等小組，更投入院舍生活。

新添置的髮廊旋轉燈
讓院友剪髮時更投入！



院舍新力量

這段時間有不少新同事加入「明愛利孝和」這個大家庭，
歡迎他們成為我們的一份子！



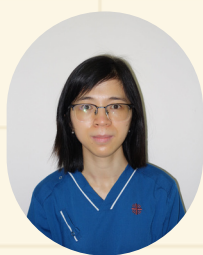
各位老友記好，我是地下樓層主管（註冊護士）
杜少華～大家叫我杜Sir就得喇。我在2023年8月入職，
很榮幸有機會在明愛機構工作，為各長者服務。
在往後的日子裏，我會盡力在護理的崗位上，與各位
同事一同努力，為各位老友記在院舍的生活及護理服
務上，提供多一點幫助及多一份溫暖。

註冊護士

登記護士 個人護理員



譚卓慧



陳文靜



梁芷萱



陳光菊



陳燕



葉沛誼



吳海霞

保健員

服務員



林玉明



鄧泳儀



方嘉茵



陳友芬



丁曉英



卓拾顏



薛惠玲



蔡洛怡

廚師

司機



譚淑英



藍月媚



陳繼麟

營言健康飲食 — 「高能量高蛋白質小食」

✦✦ 營養師李安庭姑娘

問：「媽媽近期進食量好像減少了，胃口不佳，
該怎麼辦呢？」

答：「高能量高蛋白質小食！」

老人家的胃口及進食量不定，隨著身體的慢性疾病影響、咀嚼能力下降、受情緒問題影響等等，都有機會影響長者胃口。長時間的進食量不足、飲食失衡，會增加營養不良的風險。

雖然院舍的餐膳一日提供五餐，包括早、午、晚三餐及下午茶、宵夜，但對於一些體弱、體重過輕或食慾不振的院友來說，少吃多餐是十分重要的。於餐與餐之間提供合適長者的高能量高蛋白質小食，有助院友增加營養攝取、促進食慾、減少感染或壓瘡的風險、保持肌肉量以維持行動力及減少住院的次數等等。

如果家人想買小食給院友，首先要了解院友的餐點安排，正餐的院友可以進食大部分的食物，但進食碎餐或免治餐的院友，則要小心選擇小食質地，最好選擇較軟身或可以飲用的食物。除此之外，家人亦需考慮到院友病歷或身體狀況，特別是患糖尿病或腎病的院友，家人購買時須避免高糖或高鈉的食物。

三個小貼士：

- 1) 選擇可存放較久的獨立包裝食物。
- 2) 留意食物標籤。(選擇低糖、低鈉、高蛋白質)
- 3) 有些食物不可存放過夜，要當天進食的，不妨於探訪時即場讓院友進食。

(例如：點心、乳酪、麥當勞、粉麵或其他熟食)

家人如果想購買高能量高蛋白質小食，不妨考慮以下小食：

蛋糕仔/即食蕃薯/即食紫薯/乳酪飲品/
高蛋白質鈣思寶/全脂牛奶/吞拿魚沙律餅乾/低鹽茄汁豆/
豆腐花/果蓉/芝麻糊/核桃糊/蛋白燉奶/鹽水沙甸魚



加餸之選



高蛋白質植物奶



提升腸道健康之選



早餐代替品

除了健康的小食外，間中吃些較邪惡的朱古力、薯片等都未嘗不可。如果有任何疑問，歡迎向營養師李姑娘查詢。

都市固體廢物收費

明年4月1日起，政府將按污染者自付原則，實施都市固體廢物收費，對全港所有界別棄置的垃圾進行收費。


屆時大部分樓宇包括院舍，將採用按袋或按標籤收費，丟掉一般垃圾前需先購買「指定袋」包妥垃圾。而指定袋分9種大小，容量介乎3公升至100公升，以每公升垃圾0.11元計算，每個袋售價3毫至11元不等。

由於現時三個堆填區預計會在未來數年相繼飽和。根據統計，香港2021年都市固體廢物棄置量高達400萬公噸，每人每日棄置超過1.5公斤廢物，從數量之驚人可見情況十分嚴峻。政府強調垃圾收費是推動減廢的「火車頭」，有助驅動大眾實踐減廢回收，從而減少碳排放，推動可持續發展，以應對氣候變化。

以本院為例，因人數眾多，每天產生大量垃圾。例如尿片既不可循環再用，亦不能透過源頭減廢降低棄置量。因此，我們正積極尋找其他可行途徑加強減廢回收。

以下提供一些小貼士給各位親友：

- 積極參與廢物分類回收。本院現設金屬、膠樽、廢紙及玻璃回收桶，親友於到訪時可進行回收，如食物包裝盒、飲料樽等。其他不可回收的垃圾請親友自行帶走處理。
- 定期協助院友清理物品，以免囤積過多雜物。
- 欲購買物資給院友前，可向職員查詢是否合適或需要，避免造成浪費。
- 避免購買包裝過多的物品，如需即場食用或使用，使用可循環再用的器皿。



搵少啲
慳多啲

資料來源：環境保護署

如有任何查詢或建議，歡迎與社康組職員聯絡。

活動花絮 (一)

《心渡藝術照顧者工作坊》



院友鄧政華：好開心可以有機會同太太一齊參加活動，開心好玩。

院友太太：先生入住院舍後，減輕了我的照顧壓力，現時仍在努力適應院舍生活。製作熱縮片的過程簡單、好玩，有助我舒緩壓力。

“

院友張靜賢：製作過程好得意，很喜歡啤啤熊鎖匙扣，已將它送給鄰床院友，大家都很开心。

院友女兒：活動能讓我舒壓，很享受過程。因以前媽媽工作忙碌，沒有機會進行親子手作。我和媽媽在這次活動中創造了美好的回憶。



”



活動花絮 (二)

孝和玉兔慶中秋

龜池佈置和玉兔車由
技工組及社康組一同製作！



今年邀請到展愛關懷義工隊獻唱
金曲，並贈送豬籠餅給院友。

展愛好聲音西貢樂唱遊



久違的大型外出活動，院友
和親友均十分興奮及投入。

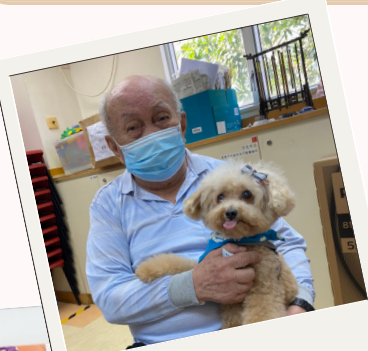
活動花絮 (三)

夏季火辣運動會

運動會開幕式由院友傳聖火繞院舍一周。



動物醫生



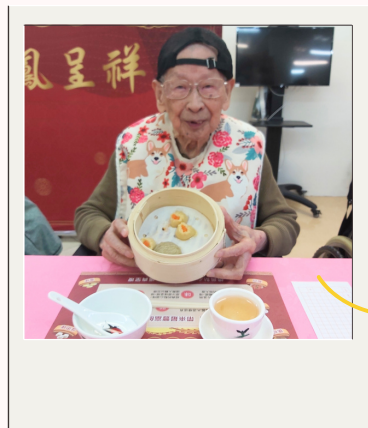
院友們與小動物互動、合照，度過了溫暖的下午。

活動花絮 (四)

流動五感大茶樓



「流動五感大茶樓」為非一般的飲茶體驗，專為體弱人士，尤其是患有腦退化症長者設計，通過五感體驗讓他們重拾飲茶樂趣。是次活動在飯堂舉行，二十多位院友共聚，場面猶如在茶樓飲茶一般，豐富了體弱院友的社交體驗。



活動可供進食免治餐及糊餐的院友參加，提供了難得的飲茶機會。院友看到精心的佈置及擺盤後，紛紛拍下相片留念。



院友對於舊式點心紙十分感興趣，正專注地挑選喜歡的點心。



本院言語治療師亦參與其中，務求提供優質的用餐體驗。

活動預告

聖堂面面觀

日期：2023年12月21日（星期四）

時間：上午10點至12點

地點：沙田圍聖本篤堂

費用：全免

對象：院友及家人

內容：參觀聖本篤堂及接受神父祝福



「利」園遊樂場暨聖誕慶祝活動

日期：2023年12月22日（星期五）

時間：下午2點30分至4點30分

地點：地下飯堂及和貴花園

費用：全免

對象：院友及家人（名額合共100名）

內容：聖誕集體遊戲、懷舊時裝表演、音樂表演、大抽獎、攤位遊戲、院友享用茶點、與聖誕老人合照



2024龍年團年飯

日期：2024年2月3日（星期六）

時間：午膳時段

地點：一樓飯堂

費用：待定

對象：院友及家人

內容：享用團年圍席午膳、舞獅表演、集體遊戲、新春抽獎

→ 團年飯詳細安排待公佈



SQS服務質素知多少?

今期為大家簡介服務標準9-16的重點，欲知詳情，請向接待處職員借閱文件，或到地下辦事處門外的「SQS資訊板」查看。

SQS 9	安全環境	服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。
SQS 10	申請和退出服務	服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請接受和退出服務。
SQS 11	評估服務使用者的需要	服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要(不論服務對象是個人、家庭、團體或社區)。
SQS 12	知情權選擇	服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。
SQS 13	私人財產	服務單位尊重服務使用者的私人財產權利。
SQS 14	私隱和保密	服務單位尊重服務使用者保護私隱和保密的權利。
SQS 15	申訴	每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。
SQS 16	免受侵犯	服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受他人在言語、人身及性方面的侵犯。



明愛利孝和護理安老院院訊

2023年12月 第十九期

提供意見者姓名：

聯絡電話：

意見：

如對本院訊有任何意見，請寫在此表格內，
交回本院地下寫字樓或放入本院意見箱，感謝您的支持！