



家·多點愛

編者的話



中心通訊
2014年4月
第13期(季刊)

一年中間總有幾個節日會令人想起自己的家人，如五月的母親節（11/5），六月的父親節（15/6），作父母的，或多或少都會冀盼子女們能夠聚守一堂，即使是飲餐茶，或者簡單一個便飯，甚至送贈小禮品，只要是子女的心意，相信父母都會感到窩心。

畢竟，子女們日漸長大，會因著各種因素減少了陪伴自己的時間，他們可能要忙著工作，發展事業；相約友伴，建立自己的朋友圈；甚至已經成家立室，要照顧家庭，養育下一代等等，這都限制成年子女向父母盡孝的機會，對子女的生活多點諒解和支持，相信必定會令彼此的關係獲益。

常言道「親情是無價」，我們不能用任何物質換來親人的愛，希望大家都能夠藉著溫馨的節日，更深表達對至親至愛的心意，多點溝通，多點關懷，令家庭多點愛。

督印人：許詠思

設計：葉清雅

編輯小組：許詠思

林婉婷 葉清雅

何海量 梁曉楓

林詠瑜

印量數量：500份

【版權所有 不得翻印】

本期提要

新舊情報

- 中心大修進展

P.2

活動花絮

- 中心會員續証2014/2015
- 中秋傳愛心、中心團年暨農曆1-3月會員生日會
- 長洲區長者家居清潔活動
- 新春揮毫賀新春
- 長官歲晚關愛敬老聯歡會
- 香港離島婦女聯會-資深海女童軍房護者號探訪
- 愛心煮意 (1月)
- 2014 新春嘉年華
- 護老者新春團拜

P.3

P.4

P.5

P.6

P.7

P.8

護老園地

- 認識長期疾病

P.9

會員天地

- 服務質素標準、中心利是錢
- 長洲區長者康健推廣日

P.10

活動預告

- 4至5月例會、中心會員聯歡會、2013年度義工嘉許禮、中心24週年聚餐暨學員嘉許禮

P.11

P.12

鳴謝捐款



中心開放時間：

星期一至五

上午8:00 - 下午5:30

星期六

上午8:00 - 下午5:00

地址：

長洲北社新村138號

電話：2981 8555

傳真：2986 9785



新者情報

中心大修進展

溫浩根長者鄰舍中心在社會福利署的撥款下，已於2014年2月17日正式開展為期約十個星期的內部裝修工程，並需騰空整幢樓宇以便工程進行。



工程開始前，工程公司員工
上香祈求過程安全及順利。



則樓代表、室內設計師、工程承辦商、
杜婉鈿行政經理及楊枝業副主席一同參
與大修進度會議。



工程至今已開展約一個月，大部份經常出席中心活動的老友記已習慣以電話聯絡中心職員，或到中心在安老院空地增設的臨時諮詢處進行服務查詢；即使出席中心活動的參加者對於前往中心以外的地點進行活動已不陌生。但在中心職員撤出中心初期，由於中心內空無一人，加上重門深鎖，有少部份會員誤以為中心職員「放大假」直至完工為止。其實我們只是遷往安老院內繼續每天日常的工作，沒有因為大修而躲懶！中心的辦工時間，可以參考封面的資料。



大家是否認得中心的廚房？！

中心服務諮詢處

地點：在安老院大地
(沿中心旁斜路直上)

開放時間

星期一至星期五
上午8時至下午5時30分
星期六
上午9時至下午1時
星期日及公眾假期休息





中心會員續証2014/2015

中心會員、義工及護老者的續証已於3月10日開始進行，由於中心正進行內部裝修，故此今年借用了鄺記空地作為續証地點；又由於各位老友記的支持，中心在首星期已經有超過八成的會員進行續証，同時有超過70位新會員辦理入會手續，人數高於中心以往每一年新會員的人數。



今年續証地點方便，鼓勵了不少會員在指定日期前來續証。

今年得到這個令人鼓舞的進步，除了多得各位老友記的支持，積極邀請親友成為中心會員之外，中心亦要向鄺國威副主席借出鄺記作出致謝。由於續証地點方便，鼓勵了不少行動不便的會員都前來續証，讓中心職員有機會與每一位老友記詳談，收集大家對中心服務的寶貴意見。



婷姑娘細心地向老友記諮詢對中心的意見

由3月15日至4月底，各位如需要續証或登記成為中心會員，可於星期一至星期五(上午8時至下午5時30分)；星期六(上午9時至下午1時)到鍾錫熙安老院大地的中心臨時諮詢處與職員聯絡。而行動不便之長者，可請其直系親屬(即配偶/子女/父母)於3月17日或之後(即非繁忙日期)到臨時諮詢處替代辦理續証手續，或聯絡中心職員另行安排約見。

中心在本年度續証期間向會員收集的意見，職員將會稍後進行統計，並於下一期中心通訊向大家公佈。



活動花絮

中心團年暨農曆1-3月會員生日會

中心今年的團年晚宴在年廿四晚舉行，超過100位會員聚守一堂，送蛇迎馬，歡渡歲晚同時，又迎接新一年的來臨；當晚氣氛濃厚，梁金塘主席除了帶領總理們向會員祝酒，送上恭賀說話外，又與會員一起玩遊戲、迎財神、抽獎及派壓歲利是等等，使長者朋友們樂在其中。



生日的會員接過生日禮物，更多添一份歡樂。



「總理及親友們向會員祝酒及賀壽」



「主席與財神向參加者大派利是，祝大家「開心過肥年」！」



長洲區長者家居清潔活動

活動花絮

年近歲晚，家家戶戶都希望趁過年幫家居進行大清潔，實行「年廿八、洗邋邋」，但對於一些獨居或體弱的長者而言，要執拾屋企、彎腰爬高等，除了感到異常吃力外，更容易在過程中弄傷自己，有一定危險。

本年度，中心很高興能夠與徽教署合作，邀請二十多位青年義工聯同本會的婦女義工一起到長者家中進行家居清潔，在新年來臨前，為長者增添了一份關心和快樂。

※ 活動由唐躍峰先生贊助 ※



多謝一班義工幫手，佢地好落力，我好開心！



福澤、善良、美行。

希望青年人俾心機讀書，為社會做事。



義工好有心，多謝佢地黎幫手！



在1月23日的活動閉幕禮中，徽教署署長、一眾嘉賓與受惠長者們合照，大家都感到很開心！



活動花絮

新春揮毫賀新歲



中心在新春前祝賀、關懷社區上各街坊新春快樂！2014/1/21在長洲公眾碼頭內現場寫揮春派發各街坊。亦感謝當日街坊很熱烈參加。



中心義工方學能



當日現場街坊排隊取揮春



中心義工羅永盛

長官歲晚關愛敬老聯歡會

2014/1/24日中心普通話班獲邀請作長洲官立中學舉辦[歲晚關愛敬老聯歡會]表演團體。中心普通話班當日表演唱出姑娘十八一朵花及路邊野花不要採。



普通話導師鍾太代表中心接受感謝狀



參加表演的普通話班會員





香港離島婦女聯會-深資海女童軍房護者號探訪



本隊全年均接受報名，有意參加者請直接與林姑娘或許姑娘聯絡。



2014年2月22日中心與深資海女童軍交流，她們為樂齡們預備了材料，製作玫瑰花，她們很細心的教授樂齡姐妹們做手工，看到色彩鮮艷的花朵，樂齡們都很高興。



愛心煮意 (1月)



不經不覺，歷時9個月的「愛心煮意」活動已經來到尾聲了。我們以一煲足料的靚湯作為最後一次探訪的心意。這次除了護理院的院友能品嚐靚湯外，義工們還親自將湯水送給社區中其他的長者。



足料靚湯出路爐！



唔止有湯飲，仲有禮物收！

受惠長者感謝義工們的探訪！



活動花絮

2014 新春嘉年華

今年2月15日，中心的長者義工們在新春嘉年華活動中協助籌備攤位遊戲。當日在眾多攤位中，中心的攤位都算是其中一個最多人排隊的攤位，人龍源源不絕，當中包括老、中、青、幼的社區人士。直到大會宣佈各攤位可以開始收拾時，仍然有長長的人龍正在排隊，現在讓我們與大家一同透過相片，一同看看當日的場面。



找找看，人龍中
你認得誰？

大家都玩得好
開心呢！



第一位贏大獎的參加者，是眼界十分準的老友記，她的功架令全場為她拍掌歡呼！

小朋友的眼界
也很好，贏到
我們的大獎！

護老者新春團拜

護老者們每年都按傳統，於新年後舉辦護老者新春團拜。今年也不例外，於2月27日在康記菜館進行今年的護老者新春團拜，今年比往年較特別的地方是，工作人員在籌備整個活動時，都有邀請一眾護老大使協助給予意見，讓大家都能夠共同策劃。當天除了享用了簡單的午膳，亦有抽圍獎，大家都在歡笑聲中渡過了一個中午，期待明年也有更多護老者及其長者能一起參加！



認識長期疾病

護老園地



如果你問問身邊的長者：「你平時有無咩病痛要定期食藥或覆診？」你會發現他們大部份的回答都是：「有呀...我又係瑪麗覆診...幾時又話要去東區啦...」。

根據香港政府統計處社會統計調查組2009年長者的社會與人口狀況、健康狀況及自我照顧能力調查報告指出，在全港居家長者的人口中，超過7成的長者都患有至少一種的慢性病，而當中接近一成的更患有四種或以上的慢性病。

參考香港政府統計處2000年第27號專題報告書：長者及中年人的生活、健康及經濟狀況，發現60歲以上長者有約七成患有長期病患，而當中有約兩成的長者患有2種長期病患，而另外有兩成的長者患有3種或以上的長期病患。當中最常見的是高血壓和關節炎，之後就是眼疾、糖尿病、膽固醇過高、心臟病等等...

根據世界衛生組織，長期病患是維持長時間並隨時日慢慢惡化的疾病，而常見例子有高血壓、心臟病、中風、癌症、慢性呼吸道疾病、糖尿病和精神病患等。不論你是病人還是病人的護老者，亦應對這些病症有多些了解。

今天希望介紹你們認識香港中文大學那打素護理學院「流金頌」培訓計劃設立一站式長者健康資訊網站「長者慢性病加油站」，網站的內容有4大範疇「慢性病知多啲」、「自我評估站」、「健康管理」和「互動資源」等，藉此提昇護老者及長者對各類長者病患的認識。

你可以使用網絡搜尋器打「長者慢性病加油站」或鍵入以下網址：
<http://www.cadenza.hk/training/ncdselfcare/index.php>，便會看到主頁面。



不懂上網的護老者及老友記，不用擔心會錯過實用的資訊，工作人員稍後亦會節錄網站當中有用的資訊，在護老園地與大家分享！

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

中心會透過以下途徑搜集服務使用者的資料及對中心服務的意見，並進行評估，制定每年的服務計劃，放在當眼的地方供會員及公眾人士借閱；亦透過以下途徑讓服務使用者知悉他們可以參與評估及計劃權利。

- * 收集意見的途徑包括：會員續証/新會員登記、義工續証/新義工登記、護老者之友續証/新護老者之友登記、長者義工組會議 / 長者義工組檢討會、護老者聚會、班組活動檢討、社區服務評估、例會。

中心十分珍惜大家提出的寶貴意見，希望大家能夠與中心多溝通，令中心服務能夠更貼近大家的需要。

中心利是錢

中心透過例會諮詢會員意見，於農曆新年間添置了一套全新的財神衫(價值\$530)，在「新春團年暨農曆1至3月生日會」當晚，葉少康副主席更親身上陣，扮演財神向參加者祝賀，財神裝束可為大派用場。連同本年度大家捐出的利是錢(金額：\$1635)，中心現時利是錢餘額是\$4771。

**長洲區長者康健推廣日**

日期：2014年4月27日 (星期日)

時間：上午10:00-11:30

地點：長洲海傍街市體育館

費用：全免

此活動詳情將於例會宣佈，亦會在中心的宣傳牌張貼，敬請留意！

活動預告



中心4至5月例會日期

愛心組 松柏組 4月1日(二), 5月13日(二) 上午 10:00

關懷組 福康組 4月2日(三), 5月14日(三) 上午 10:00

中心6月例會的安排稍後於5月例會向大家宣佈，
請大家繼續透過出席例會及留意中心企板的最新消息，謝謝！

中心會員聯歡會

中心將於2014年4月24日(星期四)，下午2:30-4:00舉行一年一度的會員聯歡聚會，地點：鄉村酒家。歡迎中心會員及其家屬出席，活動內容豐富包括遊戲、卡拉OK、抽獎和茶點招待，費用全免。

【請會員帶備會員証，方便到時活動點名，謝謝合作！】

2013年度 義工嘉許禮

日期：2014年5月4日(星期日)

時間：上午11時

地點：星有利球場

參加資格：於2013年1月1日至12月31日曾於機構內參與義務工作，將會被邀請出席本年度的義工嘉許禮。

各義工請根據自己所屬的單位進行活動報名。

溫馨提示：如義工會獲發2008至2012年的年度義工襟章，請屆時帶同義工繩及襟章出席(見上圖)。



中心24週年聚餐暨學員嘉許禮

日期：2014年6月30日(星期日)

時間：下午4:30-7:00

地點：鄉村酒家

活動詳情將於5月份例會公佈，請先預留時間出席，謝謝！



鍾錫熙長洲安老院有限公司 溫浩根長者鄰舍中心

地址：長洲北社新村138號 電話：2981 8555 傳真：2986 9785
電郵：nec@cshcc.org.hk 網址：http://www.cshcc.org.hk

歡迎投稿

本通訊歡迎投稿，讀者賜稿請詳列姓名(可用筆名刊登)、地址及電話，以便聯絡。本通訊有權刪改內容。如無聲明，稿件概不發還。

讀者意見欄

我們誠邀各位讀者給予寶貴意見，使中心通訊的內容更切合會員的需要。投稿或賜教，逕寄長洲北社新村138號「溫浩根長者鄰舍中心」收。

會員/義工/護老者/義務導師登記

若願意加入中心的大家庭，請致電2981 8555 與中心當值職員聯絡。

特別鳴謝/捐款呼籲

多謝下列會員於7至9月捐出善款贊助中心通訊：

麥潔貞、郭玉英、蘇少萍

第13期(2014年1月)印刷開支：\$2064

2014年1月至3月善款結算：\$650

印刷中心通訊2-13期總開支：\$20,735.2 (第1期開支由中心支付)

善款結餘：\$7,853.6

《中心通訊》以中心有限經費刊印，若有善長慷慨捐助印刷經費，敬希惠寄支票，支票抬頭為「鍾錫熙長洲安老院有限公司」，並請註明捐款人姓名、地址或電話，俾便致謝。

備註：1. 捐款港幣一百元或以上者可獲發捐款收據。
2. 捐款者須清楚寫上姓名、聯絡電話及地址。