



鍾錫熙長洲安老院有限公司 溫浩根長者鄰舍中心

中心通訊

2021年5月
第38期季刊



地址：長洲北社新村138號 聯絡電話：2981 8555 / 9131 5444(WHATSAPP)

傳真：2986 9785 機構網址：www.cshcc.org.hk

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 4:00

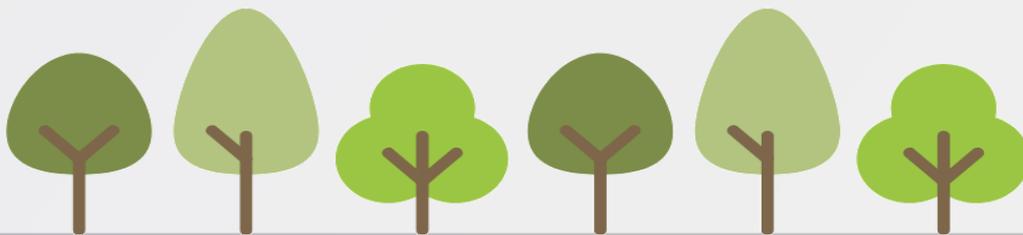
(星期日及公眾假期除外)



編者的話

冬去春來，萬物甦醒，大地開始變得暖融融。大家開始收起冬天的衣裳，穿上的裝束也變得鮮艷多彩，不像冬天那樣圍上厚厚的頸巾，穿著笨重的外套。期待在迎接春天的到來時，大家的體魄和春天的氣息一樣朝氣勃勃，活力生輝。

踏入四月，是中心新年度的開始，大部份中心會員也完成續證了，也喜見很多新會員加入。而新一年，中心會隨著社會環境的變化而調整服務，請各位多多留意我們的最新動向，多參與中心舉辦的各類活動，讓中心與各位新舊會員一同經歷一個接一個豐富多彩的春天。

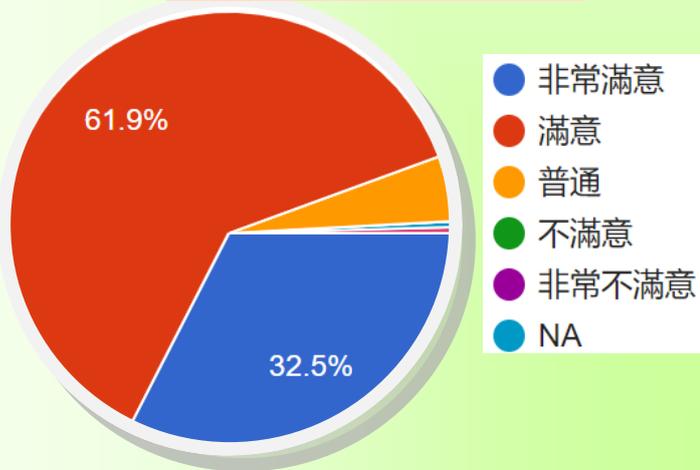


編輯小組：何海量 林婉婷 林詠瑜 廖偉康 盧慧賢 梁曉楓 陳佩儀 黎浩朗 梁慧恩

排版：梁慧恩 印刷數量：700份【版權所有不得翻印】

2020年是充滿挑戰的一年。面對著新型冠狀病毒病的疫情肆虐，中心需要對原有的服務作出相應調整。無論對於中心同事，或者服務使用者來說都需要重新適應。透過一年一度的問卷調查，讓我們一起檢視過去一年的成績，同時展望將來！

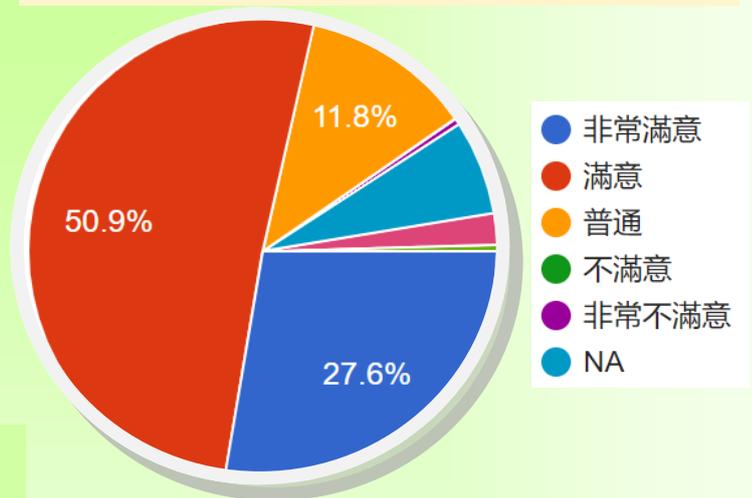
中心宣傳防疫意識



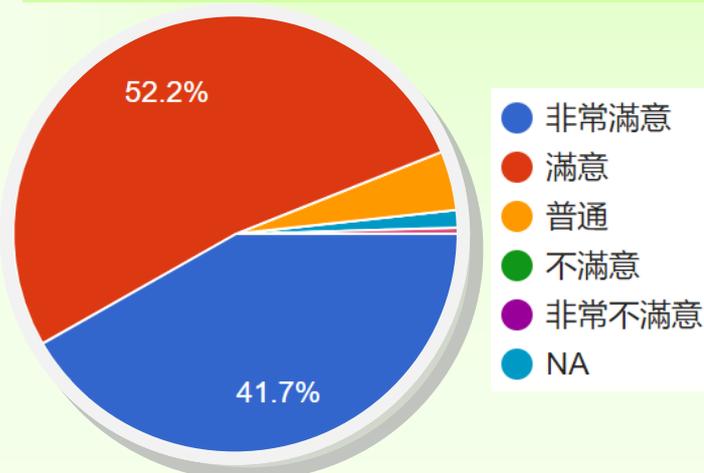
按疫情的進展中心定期檢視及更新感染控制措施，同時透過如短片等不同渠道，向會員宣傳防疫意識，共同於社區中並肩抗疫！94.4%的會員對中心宣傳防疫意識的工作感到滿意。

疫情期間中心推出抗疫耆趣網「樂」遊短片活動，為在家抗疫的會員提供不同資訊和娛樂。78.5%的會員對此安排感到滿意。

短片活動：抗疫耆趣網「樂」遊



中心送贈抗疫物資及福袋活動



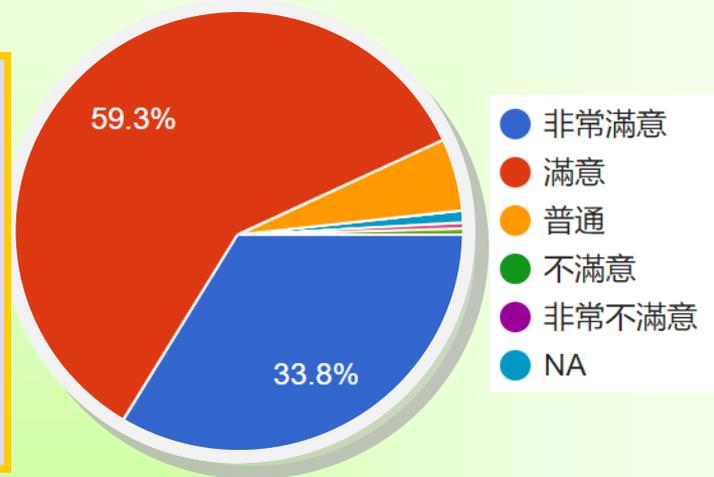
疫情初期，市民難以張羅防疫物資。中心申請各種資源，為會員送上口罩等防疫物資。93.9%會員對此感到滿意。

中心消息



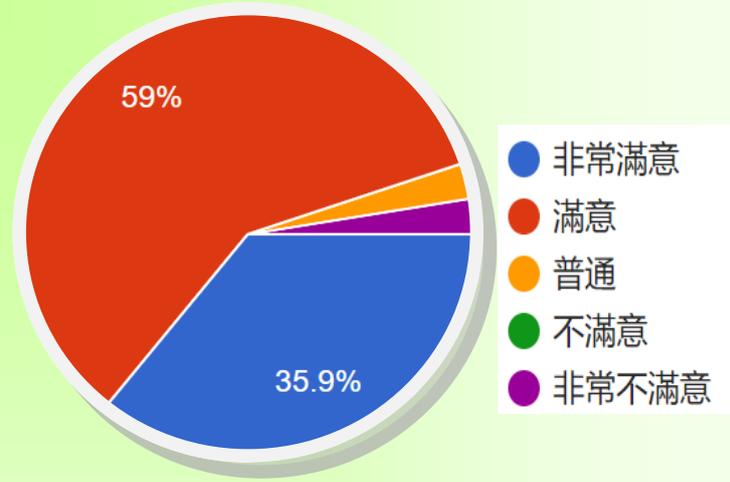
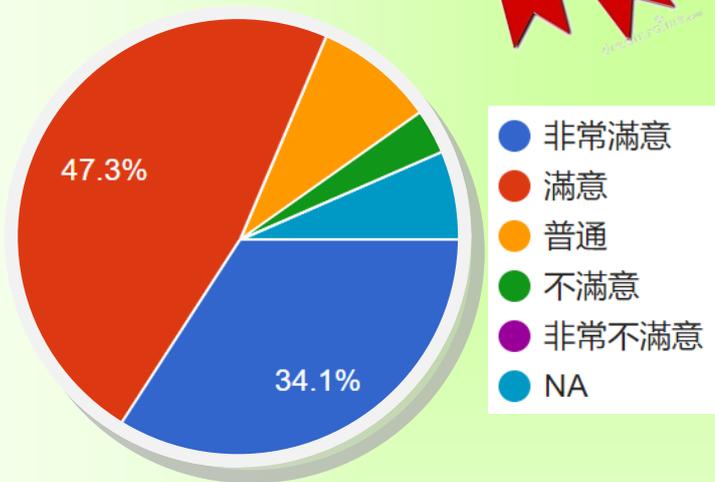
中心整體服務

透過調整活動人數及實行防疫措施，中心有限度舉辦實體班組活動，配合網上活動推行，為會員繼續提供服務。93.1%會員對中心整體服務感滿意。



中心整體義工服務

中心整體護老者服務



隨著疫情的發展，中心調整服務形式亦會成為新的常態。雖然新常態下中心與會員的互動跟以往不盡相同，但中心於未來日子仍會繼續發揮好鄰舍的作用，為社區中的長者提供適切的支援。期望日後於中心的活動中能繼續見到大家！

中心消息

疫情關係，中心按社會福利署指引，暫停舉辦人多聚集的大型活動，以往每月定期舉辦的會員例會亦因此而暫停。沒有例會，中心少了固定的平台與會員見面、分享中心的最新活動及長者資訊。有見及此，中心加強以下幾個途徑與會員交流，如大家有任何查詢，歡迎於辦公時間致電29818555與中心職員聯絡。

手提電話WhatsApp

中心透過WhatsApp發出短片、月訊短片、月訊及有獎問題遊戲等等，鼓勵會員於自己的手機內儲存中心手提電話號碼(91315444)，以便利中心透過WhatsApp把資訊傳送給大家，如未有使用WhatsApp的會員，歡迎家人協助登記，以收取中心發出訊息。



機構網頁

中心定期上載最新活動消息、活動花絮、中心通訊及月訊等資訊至機構網頁<http://www.cshcc.org.hk>，歡迎大家隨時隨地於網上瀏覽。



中心宣傳牌(企牌)

中心定期張貼最新活動消息、月訊及長者福利資訊等海報至中心企牌，歡迎大家瀏覽，而宣傳牌位置有兩個，分別是位於街市附近(昌記旁)及溫浩根護理安老院，詳見圖示。



街市附近(昌記旁)



溫浩根護理安老院

本年度中心為壽星會員祝壽，每季舉辦抽獎活動!

抽獎資格：4月、5月、6月份壽星會員*有效會員証為準

抽獎地點：中心

抽獎日期：2021年5月10日至5月22日(辦公時間內)

- 1.請攜帶有效會員証
- 2.親身或由親友代表到中心參加抽獎
- 3.每位壽星會員只限抽獎一次



壽星會員 抽獎活動

142 葉鳳高	1111 陳桃嬌	1472 梁廿八	1788 葉愛田	2084 吳媽長	2281 陳月蓮	2471 梁淑芬
164 馮蘇	1115 王倩蓉	1504 楊黑	1794 鄧永發	2088 陳亞牛	2299 麥桂芬	2475 關敏英
200 羅陳英娣	1123 梁碧雲	1506 盧帶好	1795 冼璟源	2094 冼觀妹	2311 張奕翔	2476 陳秀娟
221 劉碧雲	1133 胡三然	1511 冼水根	1801 梁俊權	2101 林來仙	2328 張灶妹	2479 盧華根
310 鄭妹頭	1160 梁笑	1615 何瑞芳	1807 林根利	2102 何燕玲	2332 張群	2482 詹婉王京
356 譚秀珍	1168 霍麗卿	1626 張福娣	1813 鄺兆輝	2109 梁婉玲	2338 陳洪基	
403 陳麗春	1199 馮素群	1627 鄭容	1814 莫秀霞	2123 羅容帶	2339 陳金好	
422 陳治	1237 梁十妹	1634 黃帶好	1827 陳綺雯	2128 郭桃鳳	2344 黃福	
477 鄭年	1242 黃拉	1638 伍少英	1831 楊蘭	2135 陳金妹	2345 盧培根	
541 傅振華	1270 徐帶妹	1649 冼彩蓮	1849 黃貴妹	2151 梁麗儀	2347 陳松有	
565 范有好	1273 羅少英	1653 張茶	1864 溫桂方	2153 林桂連	2352 梁官好	
572 陳三梅	1274 樊帶福	1657 何錦明	1876 鄧雪梅	2161 黎樹根	2357 張灶銀	
603 劉亞彩	1297 黃潤明	1659 張灶福	1889 鄺秀珊	2173 李小莉	2360 郭婉儀	
608 朱佩珍	1318 李玉蘭	1668 吳金福	1893 吳細妹	2174 歐月明	2362 黎細妹	
756 郭好	1323 樊帶娣	1678 張買仔	1900 鄺煥儀	2181 張福	2363 鄭克榮	
807 羅艷好	1324 陳喜全	1683 鍾亞嬌	1903 陳玉玲	2186 蔡娣	2366 黎金	
843 羅秀嫻	1332 鄭少芳	1697 梁亞妹	1915 梁麗英	2206 陳艷珍	2367 林理勝	
925 張樹福	1333 張亞好	1706 張伙好	1957 葉松坡	2208 高士禮	2376 鄭金喜	
944 朱樹容	1335 冼亞珍	1717 冼貴好	1962 廖勤有	2213 樊蓮妹	2399 陳金勝	
953 郭金彩	1357 吳聲平	1720 梁亞九	1963 吳金妹	2227 唐文敬	2404 張竹姐	
955 郭珠英	1394 高森	1729 梁開仔	1984 許燕芳	2240 黃桂好	2405 林樹有	
980 劉秤娣	1407 張合妹	1737 張伙嬌	1998 李滿珍	2242 蔡卓珍	2419 周浩志	
1017 冼亞娣	1414 羅帶娣	1752 馮新有	2000 楊灣仔	2244 陳錦航	2425 何嬌	
1019 盧樹喜	1432 黃大妹	1754 陳金伙	2024 張鈺馨	2254 吳初八	2426 溫金彩	
1035 楊少珍	1440 張火妹	1758 譚伍妹	2033 林波	2256 李志強	2434 郭十五	
1037 彭貴嬌	1442 冼根	1759 傅房興	2034 老惠敏	2265 盧桂好	2438 陳錦霞	
1065 江梓秋	1447 陳珍妹	1762 李鑽好	2040 黃金彩	2272 張火金	2439 蔡玉英	
1086 徐婉華	1452 郭志遠	1764 梁水妹	2041 鄭初一	2273 冼北妹	2442 梁美娥	
1088 溫容嬌	1453 白麗	1767 陳玉芬	2053 鄧大妹	2275 楊金好	2444 李開女	
1089 羅鎮強	1469 梁帶好	1786 羅妮	2058 王佩英	2277 張桃根	2459 郭妹	

※壽星會員按會員號碼順序排名，名單截於2021年4月16日前為有效會員。

會員天地

服務質素標準14 保護私隱和保密的權利政策

政策內容14-2 政策程序

會員方面發佈程序:

1. 在中心之佈告板上，張貼有關政策及流程圖的細節。
2. 在中心通訊或服務使用者的聚會中灌輸有關政策及程序以提醒服務使用者。
 1. 於會員入會時，提醒服務使用者有私隱或保密權。



大堂電視

中心的大堂電視因故障關係需要更換，幸得善長慷慨捐款，讓中心能夠購買一部43吋的智能電視(有上網功能)，供會員繼續欣賞不同節目！



社區長者復康治療服務

目的：為長者提供長者復康治療評估服務，由專業物理治療師提供評估和諮詢服務，協助長者關注健康生活的重要性，保持身心健康。亦為護老者提供所需的訓練及支援，提昇護老者的照顧技巧及舒緩他們的照顧壓力。

服務對象：居住於長洲區55歲或以上之長者及其護老者

服務內容：

身體功能評估

關節柔軟度及活動幅度測試、肌力測試、平衡能力測試、步行能力評估及心肺功能評估。

建議及指導使用合適的復康運動及用具

教導正確使用輪椅/拐杖/助行架等復康用具，另外亦會指導復康運動及注意事項。

服務地點：本中心

收費：會員/護老者\$100、非會員/非護老者\$200



申請辦法：上述服務需要提前預約，致電2981 8555與中心社工聯絡。

服務2021年5月1日至2022年3月31日

有需要護老者服務



中心為需照顧體弱長者的護老者提供更多支援服務，以減輕他們的照顧壓力。中心提供的支援服務包括資訊講座、照顧技巧工作坊、互助小組及義工探訪等等，讓有需要的護老者和其照顧的長者的生活得到改善。

服務對象：

1. 需照顧60歲或以上體弱長者(例如患有認知障礙症、中風或殘疾等)的護老者
2. 面對沉重的照顧壓力
3. 工作繁忙、欠缺個人空餘時間、需要長時間照顧長者
4. 護老者個人身體機能缺損(如長期病患、行動不便等)
5. 有社交及情緒支援需要

服務內容：

包括護送服務、看顧服務、上門探訪、資訊講座、定期小組活動及藥物管理等等



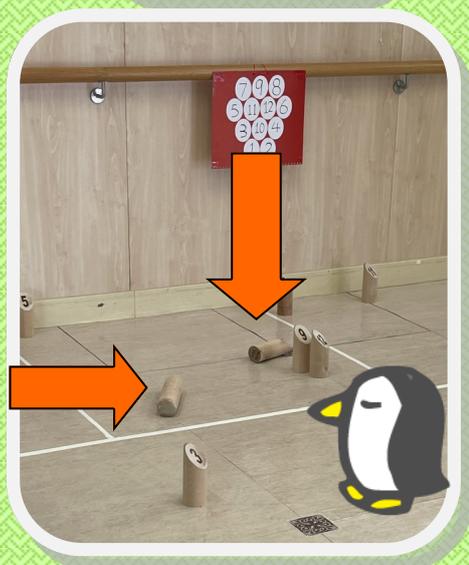
木棋



小木棋共12支，一開始必須按圖擺放12支小木棋，投擲區木棋要有3.5米距離。



1. 於投擲區內以大木棋投擲小木棋



2. 小木棋倒下2枝(如箭咀所指)，可得2分。如倒下1支，按倒下木棋上之數字得分。每隊最快得到50分為勝，如超過50分需降至25分繼續比賽。木棋倒下後，需要靜止原地豎立，數字面向投擲區。



樂齡科技



不少人聽到「樂齡科技」，常常以為是一些高科技及難使用的東西。但其實「樂齡科技」是將護老技巧融入科技使用當中，用以提升長者、殘疾人士及照顧者的生活質素。



「互動投影機」

與時並進，中心亦增添了兩個樂齡科技產品，分別是「互動訓練裝置」及「互動投影機」，讓大家體驗當中樂趣，訓練腦筋和手腳運動和手眼協調。



「互動訓練裝置」

活動花絮

轉播下的長者學苑



在疫情中，中心在舉辦活動亦受到限制，以往可以容納60人的活動室，因需要保持適當的社交距離的緣故，坐位數量大大減少；有見及此，中心首度使用位於二樓的轉播系統，配合電腦軟件直播三樓活動情況，<長者學苑-心腦血管病認知>是首先使用轉播的中心活動，讓會員可以更安心地到中心上課。



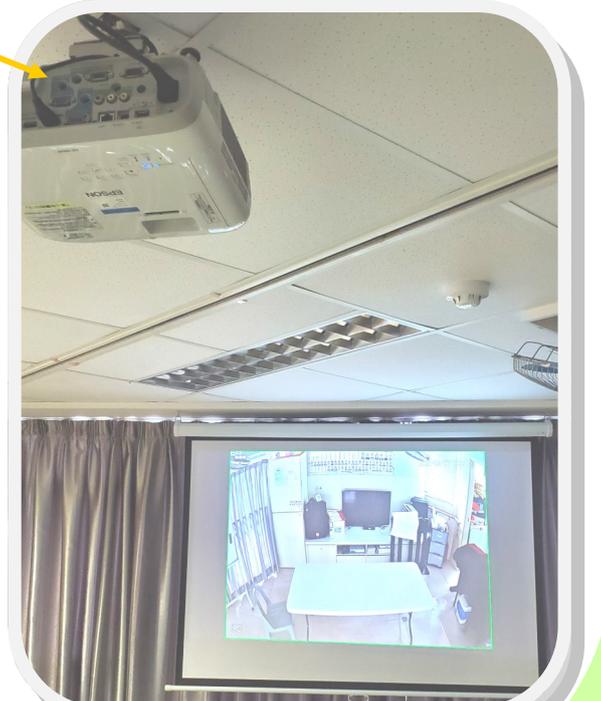
長者學苑三樓活動現場情況



會員專心上課



長者學苑二樓活動現場情況



安裝在二樓天花的轉播系統

會員分享：

會員覺得可以多些人參與，而又能夠保持社交距離是好的安排；雖然有時不可以面對面向老師發問，但整個轉播系統算是穩定和清楚。

中心長者復康閣服務為中心會員及護老者提供各類短暫借用護老器材服務，費用全免，以協助護老者照顧長者。如有需要可於辦公時間帶同長者的會員証，親臨中心辦理，可先致電中心確認有沒有該器材。

借用須知：

- 借用人須自行運送復康用品。
- 交還復康用品時請先行徹底清潔。
- 借用期間有損壞遺失，須按價賠償。
- 借用復康用品若過期沒有續借則每日罰款\$5。



借用復康用具項目：

-輪椅	-拐杖
-輪椅安全帶	-助行架

借用期：

復閣用品的借用期為1個月，如用品沒有被預約，可以續借該用品，最長可續借3個月。續借者可致電或親臨中心辦理手續。

二手復康用品-待轉贈

長者復康閣服務包括接受社區人士捐贈二手復康用具，中心會免費轉贈復康用具予有需要的護老者及會員。以下是待轉贈的復康用具，有意者請致電本中心，先領取者先得，需要自行運送。



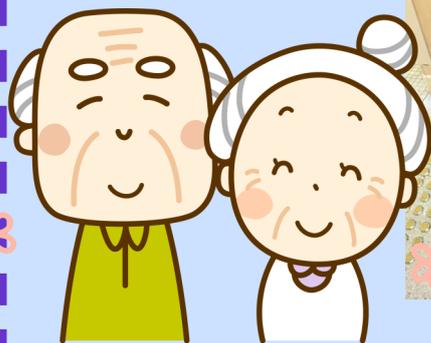
有轆助行器

借用資訊光碟及書籍

借用護老資訊光碟及書籍、借用復康用具等服務，希望協助社區上各位護老者，歡迎你向中心職員查詢。



查詢聯絡電話
2981 8555





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
中心手提：9131 5444 (WhatsApp) 中心網址：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

多謝以下善長於2020年10月至2021年3月份捐出善款贊助中心通訊：

王英連、吳珠明、吳媽長、林美珍、邱朱佩紅、梁雪貞、許志強、郭麗英、陳月蓮、陳素賢、麥潔貞、勞銀笑、曾福娣、楊彩鳳、蔡群善、謝佩英、羅彩萍、蘇少萍、羅拉、羅妮

第37期(2020年10月)印刷開支：\$4,020

2020年10月至2021年3月善款收入：\$4,400

印刷中心通訊2-37期總開支：\$69,192.20 (第1期開支由中心支付)，

善款結餘：\$10,770.20

《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，以便致謝。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。