



長者權益

編者的話



中心通訊
2012年7月
第6季(季刊)

由年初至今，在前往安老院斜路(接近中心位置)的路面發生了三宗因路面問題而令長者跌倒的意外。由於路面有暗斜，加上石屎爆裂，令路面凹凸不平，長者稍一不慎，便會失去平衡跌倒，各位長者經過上述位置必須倍加小心。



為防不幸的事件再次發生，中心於6月份已去信離島地政處及李桂珍區議員，希望有關部門關注路面問題，保障長者出入的安全。地政處及李桂珍區議員已經到上述位置視察，而意見亦轉交離島民政事務處繼續跟進。中心希望為長者爭取改善路面問題，同時延長中心外圍木橋後的欄杆，加強長者上落斜路的安全。

中心會在7月份收集各位的簽名，希望有關部門盡快展開改善工程。希望大家都為改善社區設施出一分力，支持這一次簽名運動。

督印人：許詠思

設計：葉清雅

編輯小組：許詠思

曾昭濂 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

新耆情報

- 老年痴呆症多面睇(二) P.2

活動花絮

- 學員嘉許禮暨中心22周年聚餐 P.3
- 樂施米義賣大行動、情深粽粽顯關愛 P.4
- 松柏麗影戲曲耀長洲 P.5
- 春季生日會、會員聯歡聚會 P.6
- 樂齡女童軍 P.7

護老園地

- 長者社區支援服務介紹 P.8

長者資訊

- 關愛基金為租住私人樓宇長者提供津貼 P.9

會員天地

- 會員投稿、中心設施、服務質素標準 P.10

活動預告

- 7-9月活動推介 P.11

鳴謝捐款

- P.12



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



老年痴呆症患者於早、中及晚期的病徵

早期

- 判斷及思考力減低。
- 不清楚自己身在何地，出了家門就會迷路。
- 失去近期記憶，當病情惡化時，一些較遠的記憶力亦會喪失。
- 對時間及方向感到混亂，不知道今天是何年、何月、何日。

中期

- 日常起居生活需要家人協助。
- 情緒不穩定，容易生氣及激動。
- 日夜顛倒，影響家人睡眠時間。

晚期

- 說話和理解能力遲鈍。
- 無法認出家人。
- 完全喪失自我照顧能力，如吃飯、洗澡。
- 忽視個人衛生甚至大小便失禁。
- 日漸消瘦，走路不穩甚至卧床不起。

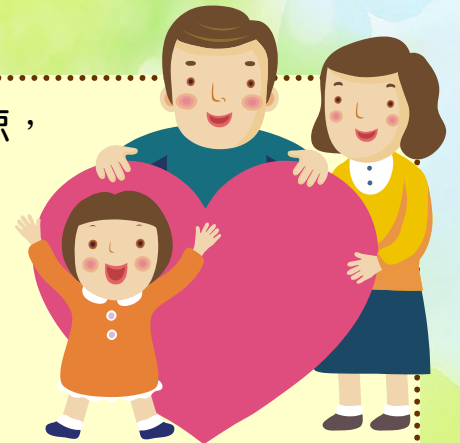
處理方法

如不幸發現家人或身邊的親朋好友有痴呆症的病徵，應盡早請教醫生。雖然藥物可改善早期患者的記憶力和減輕病徵，一些行為問題亦可通過治療去改善，但暫未有根治老年痴呆症的方法。而患者可接受心理及行為治療。此外，患者家人可以參加老年痴呆症家屬的支援小組，學習照顧患者的技巧，及透過彼此分享經驗，減低因照顧患者而帶來的焦慮與壓力。

溝通8式 保持耐性

首先應多了解老年痴呆症的病徵，給予患者同情和體諒，最重要是保持耐性，才可達到與患者最佳的溝通效果。

- * 盡量保持環境寧靜，減低噪音打擾。
- * 與患者保持眼神接觸，確定取得患者注意。
- * 談話時間不宜太長，因患者的集中能力低。
- * 說話時語調要平穩及緩慢，不宜高聲或急促說話。
- * 當患者忘記整句句子時，可以重覆句子最後部分提示。
- * 需要時，展示將要進行活動的物品，並配合動作解釋。
- * 留心觀察患者的表情、音調及動作，作出適當反應及提示。
- * 問題要簡單，每次只提出一個問題，答案不宜多於兩個，避免讓患者有多項選擇。





學員嘉許禮暨中心22周年聚餐

本年度的學員嘉許禮暨中心22週年聚餐於已於七月六日假鄉村酒家順利舉行。會員和學員們透過是次聚餐和嘉許禮的機會互相聯誼和接受嘉許。當天總共頒發了78個學士和6個松柏大獎獎項。在此恭喜各位得獎學員和感謝各班組導師在過往一年的付出！



中心22週年紀念儀式



米蘭橋牌很吸引呢！



會員為中心 22 週年製作「蛋糕」



得獎金學士



終生學習，松柏大獎。

2012 年度學員嘉許禮獎項

金學士	9
銀學士	20
銅學士	49
松柏大獎	6

活動花絮

樂施米義賣大行動

本年度的義賣活動於2012年5月20日順利舉行。當日賣出2000包樂施米，為山區居民籌得\$46134.2，成為是次活動的「協辦團體籌款獎冠軍」。在此我們感謝一班義工的努力與及各位長洲居民的大力捐輸。



義工們！
辛苦晒！



情深粽粽顯關愛

端午節剛剛過去，但義工們的關愛卻沒有因此而減少。一連三日的「情深粽粽顯關愛」的義工活動順利完成，有賴長者義工的鼎力參與，與及李桂珍區議員辦事處的協助，獲得香港煤氣公司贊助部份裹粽物資，讓區內的獨居長者於佳節前品嚐義工製作的愛心粽，歡渡佳節。



義工們一絲不苟的修剪粽葉！
為裹粽做好準備！



調下味先！
老友記先食到「靚」粽！



珍姐到場打氣！
現場氣氛特別高興！



吃了愛心粽！開心又健康！



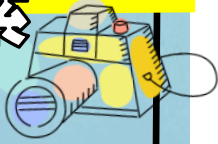
準備出發去派粽！



收到義工們送上的愛心粽！
真係好開心！

義工新春行大運

活動花絮



5月20日本中心獲得外間團體的邀請，安排長者免費拍攝證件相片及欣賞一幕精彩的粵劇戲寶「醉打金枝」，更可近距離一睹名伶和大老倌的風采。此外，每位參加者都收到一個由小朋友親自送上的福袋，簡直甜在心頭。



義務化妝師忙個不停，務求長者能拍出精神翼翼的相片。



演出者正專心化妝，為演出作好準備。



專業攝影師為長者拍攝證件相。



「我打！」長者們看到駙馬怒打公主一幕，即時大拍手掌。



長者們與表演者合照留念。



1,2,3，笑！齊來一張大合照！

活動花絮

2012-2013年度會員聯歡會

4月26日一眾會員在鄉村酒樓參與一年一度的會員聯歡聚會。當日有中心服務介紹、集體遊戲、大抽獎等。大家都玩得好開心，盡慶而歸。



今年在齋期舉行活動，大家都有機會品嚐美味的齋菜和糕點。



會員好投入玩搶包山遊戲。

4-6月生日會

5月30日中心在鄉村酒家替4至6月的壽星賀壽。當日除了有遊戲、卡拉ok、抽獎外，少不了當然是送贈生日的禮物及祝福給各位壽星。希望下次到你的生日月份，你也一起參加，開開心心慶生日！



總理手快，長者眼明！齊齊玩尋找壽星公遊戲。



壽星們开开心心收生日禮物！



感謝黃容總理及夫人送出抽獎大利是！



梁金塘副主席與會員陳兒高歌一曲助慶！



樂齡女童軍隔星期五有一次聚會，過去幾個月她們嘗試了不同的活動，例如製作拼珠擺設、學習運動操、參與團體遊戲和學習童軍歌曲等。



齊齊運動 身體好!



樂齡女童軍用水樽當作啞鈴做運動，又方便，又環保!



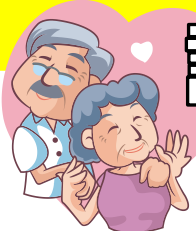
玩下團體小遊戲，互相認識又可以增進感情。

她們更首次參與香港女童軍總會義賣獎券的全港性活動，在短短數星期共售出390張獎券，成績理想。在活動後，她們分享賣獎券時的有趣經歷，當中有些成員是首次賣獎券，對她們來說是一個新嘗試。



只要你是55歲或以上的女性，有興趣參加多元化的活動，都可以加入成為樂齡女童軍。
(全年均接受報名，有意參加者請與林姑娘或許姑娘聯絡。)





護老園地

長者社區支援服務知多少 (中心篇)

爲了讓長者可於熟悉的社區安老，在家中照顧長者的護老者真是付出了很多愛心、精神及體力，有見及此，社區上有不同的長者社區支援服務，能夠爲護老者提供不同程度的支援，今次將會介紹長者鄰舍中心所提供的護老者服務。

長者復康閣

中心會爲會員及已登記的護老者，提供短暫借用復康用具的服務，以協助護老者照顧長者。有需要借用復康用具的護老者，可以免費借用復康用具1個月，如有需要又沒有其他人輪候，可再續借用具，最長的借用期爲半年。中心可以提供借用的復康用具包括：



輪椅

助行架



沐浴椅



便椅

四腳架
士的



院車接送服務

中心會爲行動有困難的長者及其護老者提供預約院車服務，協助護老者帶長者到長洲醫院或到長洲碼頭往香港覆診，有需要使用此服務的護老者，需要盡早致電中心預約服務，屆時護老者必須陪同長者乘坐院車。(由於有部份地點院車未必可以到達，請向中心職員查詢。)



護老資源閣

中心亦設有爲護老者提供的護老資料庫，包括社區資訊的小冊子，照顧技巧的光碟及圖書，如有需要借用護老資料，可與中心職員聯絡，我們都會盡量協助你們取得相關的護老資訊。

諮詢/申請及轉介服務

除了上述的支援服務外，中心亦會協助長者及護老者提供服務諮詢，申請及轉介各類型的安老服務，包括：

- ※ 政府資助的安老院
- ※ 日間/住宿暫託服務
- ※ 改善家居及社區照顧服務
- ※ 電話費及電費津貼
- ※ 長者家居環境改善計劃
- ※ 登記平安鐘等...



下一期護老園地將與大家分享其他提供長者支援服務的長者服務單位。如對護老者服務有任可意見或查詢，歡迎與社工葉姑娘聯絡。



關愛基金援助項目

為租住私人樓宇長者提供津貼

關愛基金為符合資格的長者撥出一筆過\$4000的租金援助津貼，以紓緩通脹及週期性租金上升對長者帶來的壓力。若同一住戶有兩名或三名以上合資格申請的長者，可分別領取\$8000及最多\$12000的津貼。



推行時間: 2012年7月9 日至2013年1月31日

申請人必須符合以下所有資格:

1. 申請人必須年滿65歲或以上；
2. 沒有領取綜合社會保障援助；
3. 申請人及同住人在香港沒有擁有私人物業；
4. 現正租住私人樓宇，所繳付每月租金不超過指定上限；
5. 通過每月入息上限審查(以過去三個月平均入息計算)

住戶人數	指定住戶入息限額(元)
1	\$8740
2	\$13410
3或以上	\$17060

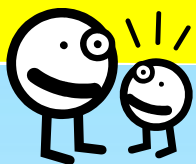
住戶人數	租金上限(元)
1	\$4370
2	\$6705
3或以上	\$8530

遞交文件

申請人提出申請時，必須提供申請人及所有同住人的身份證、過去三個月租單、銀行帳戶證明文件，欲知詳情可致電29818555向中心職員查詢。

此外，大家亦可登入關愛基金網頁<http://www.communitycarefund.hk>瀏覽資料或致電28351301/29352221向關愛基金查詢。

長洲區申請地點：溫浩根長者鄰舍中心



會員投稿

中心群策群力，有進步。本人建議通訊增少少篇幅，如詩詞歌賦，各地名勝。供諸同好。

會員謝美好(曾先生代筆)



中心設施

中心於6月份以利是錢更換了一部新的健身單車，大家有時間都來使用吧!



服務質素標準

爲了確保服務質素，本中心致力推行單位所制訂的各項服務質素標準政策。由今期開始，我們會介紹一些與大家相關的政策及程序。

服務質素標準 1

服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。而中心讓服務使用者及公眾人士得知中心服務的方法包括：

- * 製作單張及通訊，讓服務使用者及公眾人士了解中心的服務；
- * 在中心內當眼處設立固定位置，存放單張及通訊，以便服務使用者及公眾人士取閱；
- * 在中心內壁報板上介紹：
 - a. 服務宗旨 b. 服務內容 c. 服務手續之申請及退出辦法；
- * 在例會時由負責職員介紹中心每月的服務。
- * 每年度需舉辦周年大會(會員聯歡聚會)，在會中向會員介紹整體的服務。
- * 於辦公時間內需有當值職員處理社區人士及服務使用者的查詢及協助他們申請服務。



7-9月活動推介



	7月	8月	9月
例會日期	愛心組、松柏組 (7月3日) 關懷組、福康組 (7月4日)	愛心組、松柏組 (8月7日) 關懷組、福康組 (8月8日)	愛心組、松柏組 (9月4日) 關懷組、福康組 (9月5日)
健康/ 預防活動	<ul style="list-style-type: none"> · 認識冠心病講座 · 康樂組(第二期) · 視像問藥(第二期) · 那打素講座(第一期) 	<ul style="list-style-type: none"> · 認識中暑講座 · 博愛中醫講座 · 運動鬆一鬆 	<ul style="list-style-type: none"> · 認識帕金森病講座 · 保健致寶(第二期) · 注射流感針 · 社區健康推廣 · 運動鬆一鬆
學習/ 教育活動	<ul style="list-style-type: none"> · 長青網研習班(第一期) · 棋藝樂無窮(第二期) 	<ul style="list-style-type: none"> · 粵曲會知音(第三期) · 瑜珈班(第三期) · 向世界出發(第三期) 	<ul style="list-style-type: none"> · 普通話班(第二期) · 長青網研習班(第二期) · 識字班(第二期) · 棋藝樂無窮(第三期)
義務工作	<ul style="list-style-type: none"> · 長者義工組(第二期) · 長青樂群愛社區-義工訓練 	<ul style="list-style-type: none"> · 長青樂群愛社區義工交流(1) · 長青樂群愛社區義工交流(2) 	<ul style="list-style-type: none"> · 耆英饑饉8小時 · 中秋探訪 · 長青樂群愛社區-街展
護老者 支援服務	<ul style="list-style-type: none"> · 自助按摩講座 · 護老者通訊 · 護老者樂悠悠 · 護老同遊樂 	<ul style="list-style-type: none"> · 壓力與健康生活模式講座 · 護老者加油站 	<ul style="list-style-type: none"> · 肥胖的疑惑講座 · 護老樂悠悠 · 護老傳情樂 · 護老探訪活動
社交/ 聯誼活動	<ul style="list-style-type: none"> · 歌詠班(第二期) · 越唱粵強(第二期) · 金曲挑戰站(第二期) · 耆英打機好有型(第三期) 	<ul style="list-style-type: none"> · 生日會(第二期) · 耆英打機好有型(第四期) · 樂齡女童軍(第二期) · 順德聯誼敬老大會(待定) 	<ul style="list-style-type: none"> · 會員迎新聚會(第二期) · 耆英打機好有型(第五期)
外展	<ul style="list-style-type: none"> · 關愛基金援助項目簡介會 · 關愛基金援助項目諮詢站 · 西灣外展站 · 信義村外展站 · 長浸義工探訪 	<ul style="list-style-type: none"> · 關愛基金援助項目諮詢站 · 西灣外展站 · 信義村外展站 	<ul style="list-style-type: none"> · 關愛基金援助項目諮詢站 · 西灣外展站 · 信義村外展站 · 中心服務宣傳



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。

特別鳴謝/捐款呼籲

多謝下列會員於4至6月捐出善款贊助中心通訊：

謝美好、郭珠英、勞清愛、陳麗春、麥潔貞、陳玉、施美玉、蔡玉珍、李紙

2012年4月至2012年6月善款結算：\$19,650

印刷中心通訊2-5期總開支：\$6,094 (第1期開支由中心支付)

善款結餘：\$13,556

《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。

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。