

寶琳



基督教懷智服務處
WAI JI CHRISTIAN SERVICE

寶林中心及宿舍
Po Lam Day Activity Centre & Hostel



督印人
馬秀蘭

審閱
陳詠詩



2019年9月

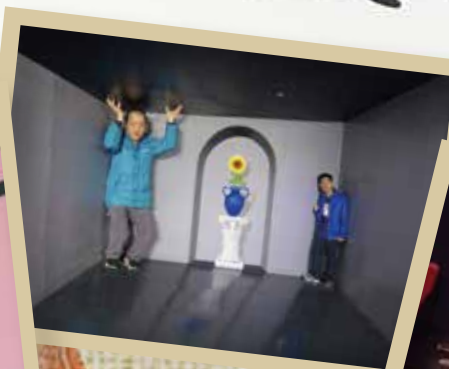
編輯小組成員
林俊藝 廖富祥 李柱威
羅斯恩 岑如心 梁錦國

我是葡萄樹，你們是枝子。
常在我裡面的，我也常在他
裡面，這人就多結果子；因
為離了我，你們就不能做什
麼。

(約翰福音15:5)



主題：品味人生



目錄

編者的話	
品味人生	P.3
經理的話	
品味與選擇	P.4-5
各組快訊	
紅組	P.6-7
綠組	P.8-9
黃組	P.10-11
中央組	P.12-13
護理組—骨質疏鬆症	P.14-15
活動回顧	
韓遊拾趣	P.16-17
專題資訊	
寶頤閣現況報告及開幕禮	P.18-23
智友生活您要知	
分享園地	P.24
本會消息	
SQS知多少—服務質素標準14	P.25
活動資訊	P.26
單位資訊	
服務時間及統計資料	P.27
颱風暴雨單位運作／開放情況	P.28

編者的話—品味人生

欣賞周邊的花草樹木、細嘗豐富的美食，又或者周遊列國看看這世界的五光十色，對於一般人而言，經已是人生的一樂也。每一個人所經歷的都可能是巧合，彼此的相遇，相知、到相交，又會形成不同的人文風景。

我們對人生的期盼或者較容易做得到，但對服務使用者而言，就要多一根「盲公竹」，帶他們細味人生每一個階段。有時未必是物慾上的追求，心靈上的滿足同樣重要。因為他們自我照顧能力較弱，一般都局限在固定的生活空間，要去外面的世界，一定需要我們的幫助。他們或者不懂得用言語表達，不過一個笑容或手舞足蹈，足以反映他們是有感覺的。

有時服務使用者的回饋，反而令我們值得思考，人生匆匆，生活只在營營役役的話，原來是會錯失很多美麗的風光。





經理的話 品味與選擇

總覺得品味是人生經驗及閱歷的培養，即使是微不足道的「一口茶」，蘊藏著了性格與情操，無論是食、衣、住、行、育、樂、趣、逸與生命相連，滲透了人生品味的訊息，旁人總不能體會，唯有自己樂在其中。



住在院舍內的服務使用者，他們如何體現自己的人生品味？記得有位服務使用者經常在院舍內行來行去、坐立不安，又怕嘈吵，唯有將雙手掩耳，印象是表現憂鬱；但當參加郊遊活動時，就是靜下來，坐下定了神，面露笑容，享受大自然。據了解，他從小住村屋，附近是農田，所以培養了愛自然的品味。

有時覺得院舍的生活限制了品味，服務使用者的情緒行為古怪，又不懂得表達，員工唯有按院舍既定的流程及服務內容安排他們的生活；但原來當你了解服務使用者的行為跟成長背景的關係，卻看出了他的人生態度與品味是出人意料；曾經安排過動物醫生探訪，發覺平日在別人眼中充滿戾氣的服務使用者卻變成一臉稚氣，對小動物呵護備至。

所以能深入了解服務使用者的行為與成長的關係，不同處境的行為態度，你會看到不一樣的東西。

我們要尊重服務使用者的生活習慣，對人無礙，可能只是奇怪一點；有些人喜歡「望窗」，有些人喜歡「袋筆」，有些人喜歡「沉默」、「戴帽」…，人的生活習慣因成長背景不同總是千奇百趣，院舍是他們的家，理應是最安全、最舒適，甚至應是最「真我」的，那為何不能順應？

有些員工表示他經常穿著同一件衣服，又偏食某些東西；但試想我們何不是跟他們不相伯仲，午飯總喜歡指定的「飯餐」，放假總是那對鞋那件衫；只是我們的生活要適應多元的角色及場景，所以有時很羨慕他們能忠於「真我」。

雖然說服務使用者有著自己的成長背景，但作為院舍內的「家」人，是跟他成長的重要成員，讓他的生命繼續經歷，增加體驗，提供機會與選擇，可促進他們培養出樂趣與自我的人生品味。記得一位服務使用者自小喜歡用紙筆畫公仔，同工覺得不錯，但總是很草率，於是跟家人決定，找位老師指導他繪畫，學點技巧，最終他的畫拿去參展，取得獎項；最後參加大小不同的畫展，成了藝術家。



最後，期望各同工一同努力發掘服務使用者的喜好及專長，提供體驗、機會及選擇，促進其成長，或順應其獨有「品味」，成就豐盛的人生。

紅組 - 品味人生

生活可以是一杯清茶，生活可以是一曲幽歌，生活也可以是一張白紙，怎樣生活，怎樣人生，體驗生活中的炫麗色彩，品味生活的點點滴滴，生活縱使平淡，也能細味當中甜酸苦辣，天天開心面對。職員與服務使用者之關係亦師亦友、又是家長與主要照顧者etc，下面就讓我們介紹紅組為他們安排的多姿多彩休閒生活。



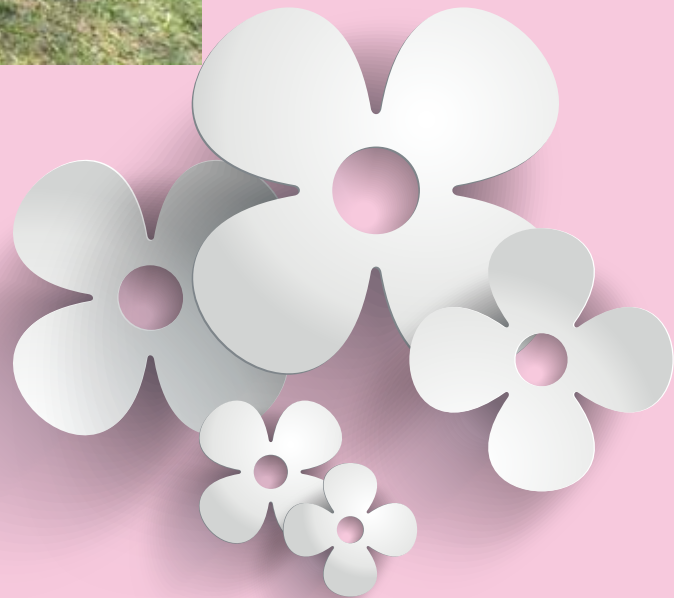
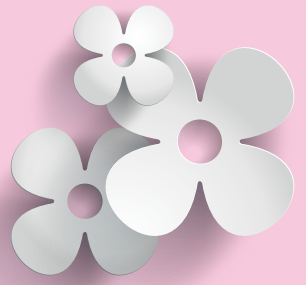
紅組自家一丁(13-9-2018)---與家人共聚天倫



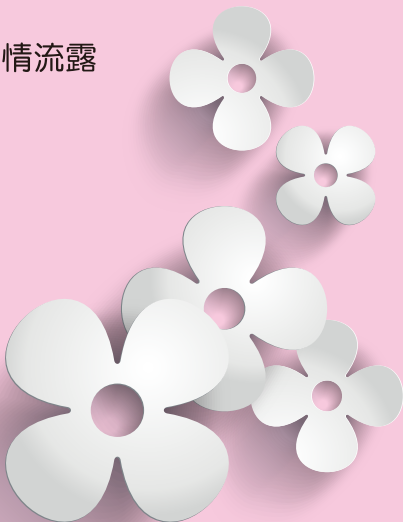
鯉魚門渡假村日營 (4-12-2018)---與家人共聚天倫



全情投入



真情流露



綠組 - 品味人生

人生一輩子，要有嘗試、經歷、更新，才會變得豐盛。

綠組的成員，同樣會勇於嘗試新事物，無論經歷成功或失敗，都能令自己的人生更精采。

2018/07/05沙田香港文化博物館了解香港文化發展，亦化身成為金庸小說裏的主角。



2018/10/04坑口香港單車館附近，享受踏單車的樂趣



黃組 - 品味人生

2018年12月13日是一個重要的日子，因為黃組嘗試了一次以往認為不可能的任務，我們的服務使用者個個都可以做釣蝦高手！這次的活動，最主要給他們體驗與平日不一樣的事物，當日每個人都盡興而歸。

在天水圍的幸福山莊，除了釣蝦場以外，還有燒烤場及遍佈四周的小菜園。服務使用者最感興趣的是一個個蝦池，看著蝦子們游動，他們都興奮得想跳落池中玩一番！

至於義工們，除了做大廚在燒烤區忙過不停之外，他們亦會帶服務使用者來領食物，看著滿滿的鹽燒蝦、腸仔、墨魚丸等，大家都吃得津津有味，或者經已算是超級大餐了。

開心最重要，服務使用者充滿笑容、手舞足蹈，一切皆滿足！



笑逐顏開！因為第一次來幸福山莊，大家都十分好奇。



大家聚集池邊，聽從工作人員指示後，正式起動釣蝦。



釣鉤鋒利，要小心啊！看！
大家都聚精會神，希望可以釣得蝦王！



厲害厲害！各人手上都有戰利品，
有些更成功釣得蝦王，燒烤一定很好吃！



看看我們的戰利品吧！除了鮮蝦，
還有一系列的食物，義工們落力烹調。



服務使用者也有幫忙燒烤的。嘩！好味道！

中央組

「上山下海，體現生活」，中央組推動不同的活動計劃，充實服務使用者的身心社靈各方面的需要，為他們的生活添姿彩！



機構活動：懷智運動會

10月13日舉行的運動會，寶林運動健兒們已準備就緒！



團體義工活動

11月22日寶林浸信會白普理長者鄰舍中心共有20位義工到單位探訪。

心靈關懷協會為單位服務使用者定期舉行福音活動。



天際100

義工捐贈活動，當天共有14名服務使用者及11名義工一起登上100層樓，360度鳥瞰市區及維港景色。



親子活動：博物館遊

8月24日，我們一行32人到尖沙咀香港歷史博物館參觀，了解香港的前世今生。



菲籍義工

8-11月期間服務使用者與Evangelization Family義工們舉辦活動，如登山、燒烤、社區遊等，增加服務使用者的生活體驗。



社區服務

在8-11月份服務使用者分別協助6間社福機構賣旗，一同為社會福利服務出一分力！



海洋公園一天遊

11月23日共有20名服務使用者及10名義工一起暢遊海洋公園。

活動預告

(時間待定)菲籍義工

預定10月聯合大露營

預定10月CCF親子農耕樂

預定親子大召集BBQ

(時間待定)心靈關懷協會團契

護理服務知多D



骨質疏鬆症

骨質疏鬆症是隨著年齡增長，人步入中年以後，骨的新陳代謝功能減慢，骨骼組織的鈣質逐漸流失。骨質變得脆弱和疏鬆。

骨質疏鬆症的後果

骨折

- 脊椎骨骨折 ■ 手腕骨折 ■ 腕骨骨折
- 行動不便
- 有一半的病人因髀骨頸骨折致行動不便，需要別人料理
- 脊椎疼痛及變形
- 駝背除令外觀不美，還會妨礙肺部擴張，加速肺功能衰退

骨質疏鬆症在香港是很常見

隨著人口老化，骨折及骨質疏鬆症的發病率有上升的趨勢。資料顯示，香港約有30萬婦女及10萬男士患有此症。

那些因素會導致骨質疏鬆？

- 隨著年齡增長，骨骼的代謝流失率加速
- 女性在更年期或卵巢切除手術後，雌激素減少，骨骼的鈣質加速流失致骨質單薄
- 遺傳因素而令個人骨質密度偏低
- 每天攝取鈣質低於身體所需
- 運動不足或長期不活動令骨骼鈣質流失加速
- 身材瘦小
- 患有其他慢性疾病
- 服食激素或其他藥物

如何知道骨質密度？

骨質密度測量儀DXA是用X光測量骨質密度的機器。其X光份量低於照一張X光肺片。通常是測量腰椎或髖骨頸。過程簡單、快捷而安全，沒有疼痛及損害。可預先診斷骨質是否流失。

如何預防骨質疏鬆症和骨折

- 日常飲食中多吸取鈣質
- 補充雌激素
- 適當運動
- 減少吸煙、飲酒、咖啡、濃茶
- 不要食過量鹽或蛋白質
- 留意活動環境，確保安全，可減少摔倒的機會

飲食與骨質疏鬆症

根據研究報告指出，如自幼進食含高鈣質食物，其患上骨質疏鬆症的機會較低。因此，應從小開始便儘量進食及攝進足夠的鈣質。以下的貼士可以幫助你：

- 均衡飲食
- 多進食含豐富鈣質的食物
- 適量蛋白質
- 減少用鹽及吃醃製食物
- 吸取充足維他命D

治療

- 如果懷疑自己患有骨質疏鬆症，可向醫生要求作骨質密度測定，不要自行治療
- 制定有規則的運動
- 進食含豐富鈣質的食品，遵從醫生的指導服食治療骨質疏鬆的藥物、鈣片及維他命D
- 戒煙及減少飲酒
- 治療其他引起骨質疏鬆的疾病

活動回顧 - 韓遊拾趣

2018年10月30日至11月2日為寶林單位與美麗華旅遊協辦，為期4天的「韓國無障礙遊」。今次一共有10位學員、7位家屬、6位職員共23人參與，乘搭無障礙旅遊巴士，暢遊多個韓國首爾景點，文化體驗，享受美食，住宿江南區Hotel Denim酒店。

整個行程都感謝 神的保守及帶領，無論天氣、行程、住宿…各樣安排都十分順利，學員和家屬都能開開心心地享受這個旅程。



無障礙旅遊巴士

各項景點



3D立體美術館
(Trickeye Museum)



南怡島



晨靜樹木園

小法國村





南山N塔公園



搞笑韓流拌飯(CHEF BIBAP SHOW)



天空步道



明洞商圈



韓國文化體驗 - 景福宮

試穿韓服



泡菜DIY



機場旅遊中心—製作飾物

美食



人蔘雞湯



滿足五香豬手餐



韓式火鍋



春川鐵板炒雞

「寶頤閣」日間服務

「寶頤閣」設立於寶林中心及宿舍內，2018年10月完成改善工程後，服務隨即啟動。計劃的服務時間是星期一至五的日間服務時段，對象主要是面對老齡化的智障人士，亦是寶林單位內有份參與社署額外津助的「日間延展照顧計劃」註(1)的30位服務使用者。

由評估階段至落實服務，寶頤閣整合了物理治療、職業治療及言語治療的知識及介入方式，服務主要目標是延緩服務使用者的老化，並提供優質的日間服務。

服務計劃至今共推行了約4個月，讓我們一同分享服務特色及成果。

(一) 平衡訓練

物理治療師主導了防跌及平衡力訓練，利用各樣設備以改善，步姿/步行穩定性、肌肉力量/柔韌度、身體反應/調整能力、四肢感官統合，以延緩身體肌能及健康的老化問題。特色活動包括：

「太極養生操」

將太極及伸展運動糅合，共十一式，由培訓職員，至服務使用者每天早上一起耍弄，已成為習慣。



「VR街跑」

將VR街道實境，配合跑步機訓練，增加動機及趣味



註(1)：「日間延展照顧計劃」有兩個主要條件：第一，50歲或以上；第二，護理及照顧需要達到較高程度

「防跌及平衡訓練」

多元化的訓練配合服務使用者的需要，以防跌為目標



(二) 促進腦部的活動

引入職業治療服務的介入手法，圍繞認知、視覺及手眼協調的訓練，創造輕鬆及好玩的環境，以遊戲、互動投影系統及自理活動為本，以延緩及預防腦退化。

「投影互動及電腦觸控活動」

科技設備融入訓練，提升趣味及動機，促進互動



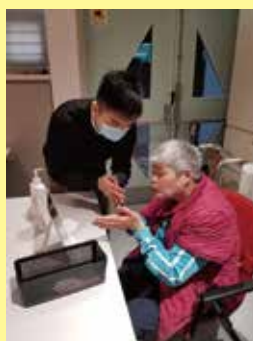
「香薰、感官、按摩、遊戲」

輕鬆好玩的活動，並以五感作介入，有助平靜心情，並樂在其中



「ADL自理訓練活動」

維持長者的生活技能，減少別人協助，促進其有能感



(三) 創造社交互動及參與的環境

「寶頤閣服務」其中目標是提升生活參與、自我肯定及愉悅感，並促進與人及環境的溝通及互動。

「生活導航」

融合了言語治療服務，倡導圖片溝通與生活流程結合，職員以帶動、提供、等待溝通的方法，利用物件提示、現實導向活動及溝通板，促進互動及參與，並增加服務使用者的表達。



現實導向板



開組出席名牌



訓練進行中

「魚菜共生」

以植物及魚類為介入媒體，給予五官刺激，讓服務使用者參與種植及照料，從而令參加者獲得社交、情緒、身體、認知、精神及創意方面的好處



「自助/熟識環境」

創造老化智障人士的獨有環境，除了考慮安全，須有助服務使用者掌握生活流程，維持其自理的能力。寶頤閣的設環境設計，包括趟門、洗手/廚務設備、顏色、擺設、佈置等，均以創自主造自助環境為目的。



感應式電動趟門



升降廚房洗盆



自助廚房一應俱全



使用者的照片、圖畫及懷舊佈置，增加熟識及歸屬感



大型時鐘及相片，增強現實導向

(四) 總結

「年老」對智障人士彷彿很陌生，卻是不能避免的生命歷程。「寶頤閣」的計劃是一項嘗試，在日間中心內提供獨特的服務環境，讓老齡的服務使用者可以在這個「歷程」中有著良好的適應及過度，繼續尊重他們的生活，延續其已有的能力，並維持良好的生活質素。期望有更多的嘗試，為智障朋友的老齡需要謀求福祉。

寶頤閣開幕禮盛況

2019年1月12日



正門佈置



開幕禮誠邀兩位服務使用者家屬擔任司儀



開幕禮獲董事局主席鄭心美女士、董事司徒佩玉博士、董事王美鳳牧師、黃大仙及西貢區助理福利專員鄭創基先生、西貢區議員黎銘澤先生到場支持及祝賀



參觀寶頤閣及解說服務內容



感謝業界及各方好友支持



全體職員大合照

分享園地 - 品味的豐盛人生占記

某日，學員兆東走過我身邊，說：「突出個人品味。」當然，這只是他對一隻香煙廣告的宣傳口號，有著特別印象，所以才朗朗上口。但是，令我想起今天香港這進步社會怎樣過才算是一個有「品味的人生」。

有人說：飲要貓屎咖啡、高級紅酒；食要日韓和牛、澳紐鮑魚，這樣講究才是有「品味」！有taste！這當然大錯特錯。其實，我覺得真正懂得「品味人生」的人，應該是有個人品味 (personaltaste) 的，即是有格調的，有樂趣的，能夠令自己滿足的生活方式，而不一定要很花錢的，也不是一味追求高級享受的消費者。



就好似同事麗君、韻英、吳群愛好美食，不斷努力嘗試烹調中西美食，並且經常拿回單位公諸同好；兆東喜好畫畫，將各種顏色題材，呈現大家眼前；即使羅斯Sir教學員種花、養魚，也有富趣味的一面，這些能令生活增添姿彩，何嘗不是平實而又有個人品味的豐盛人生呢！



本會消息

殘疾人士院舍改善工程



寶林中心及宿舍

- 獲獎券基金撥款約6佰萬，進行改善工程
- 已聘用合資格的建築師及工程承商
- 2019年4月17日，社署跟單位啟動工程會議
- 2019年5月及6月，工程正式開展
- 2019年11月前完成工程及取得殘疾人士院舍牌牌照

活動預告

日期	活動名稱
2019年9月21日(六) 2019年12月13日(五) 2020年1月11日(六)	感恩崇拜 40週年感恩聚餐 (即聖誕聯歡活動) 以愛同行40載



SQS知多少

服務質素標準十四：尊重服務使用者保護私隱和保密的權利



(一) 私隱權

- 服務單位應尊重服務使用者的私隱及尊嚴。
- 服務單位在服務提供中應實施保護服務使用者私隱及尊嚴的程序。
- 服務單位應教導服務使用者認識其私隱權利及如何保護私隱。

(二) 保密權







- 服務單位收集與服務使用者有關的資料不應多於所需要的，收集時應向資料提供者闡明資料用途，而收集資料的方式亦應適當及合理。
- 單位應確保紀錄的服務使用者個人資料正確無誤。
- 服務單位應以安全妥當的方式儲存服務使用者的個人資料，並採取適當措施管理資料的提取及使用。
- 服務使用者的個人資料應予以保密，只提供給有需要知情的職員。
- 未經服務使用者的同意，服務單位不應向外界人士或機構提供其個人資料，或將其個人資料轉交另一機構，除非此為法例的要求。
- 服務使用者有權查閱及更正服務單位所保存有關其本人的個人資料。
- 服務單位應教導服務使用者認識其保密權利。

活動預告



QEF中秋賞月	2019年9月11日
CCF活動	2019年10月30日

服務時間

服務內容	服務時間 (性質)	〈颱風/暴雨〉警告訊號下，單位之服務安排					
							
宿舍服務	24小時	✓	✓	✓	✓	✓	✓
中心服務	星期一至五 (公眾假期除外) 上午9時至 下午3時30分	✗	✓	✓	✓	✓	✓
活動/訓練	戶外	✗	✗	✓	✗	✗	✓
	室內	✗	✓	✓	✓	✓	✓

單位資訊

人事變動(新入職)



單位副經理王兆麟



舍務助理梁玉嬋



廚師馬震文



活動助理崔炳花



基督教懷智服務處
WAI JI CHRISTIAN SERVICE

寶林中心及宿舍
Po Lam Day Activity Centre & Hostel

收件人：

郵票

《意見收集處》

如對本中心的服務有任何意見或查詢，歡迎循以下的途徑反映：

- 1) 電郵
- 2) 郵寄
- 3) 中心門口的意見箱

(單位位置圖)



您的寶貴意見將有助改善及提升我們的服務！

📍 地址：新界將軍澳寶林邨寶寧樓（西座）地下

☎ 電話：2701 7778

📠 傳真：2703 7235

✉ 電郵：plwj@wjcs.org.hk

🌐 網址：www.wjcs.org.hk