



聖公會聖匠堂長者地區中心
認知障礙症長者及護老者支援服務

2019年1-3月份

**活動
情報**



護老新資源 大家都要知

香港政府的安老政策是以社區照顧為重點，院舍照顧為後援，這亦符合大多數長者希望在自己熟悉的環境下安老的意願。要實現令長者居家安老的長遠目標，護老者擔當著非常重要的角色。有見及此，政府為長者地區中心增撥資源，以加強對護老者的支援。此舉期望提升護老者照顧長者的能力，並紓緩他們所面對的照顧壓力。

在新增撥的資源下，長者中心會加強外展服務，支援居住於社區和照顧體弱長者的有需要護老者。有需要護老者泛指高齡、有身體缺損、有沉重照顧壓力、有情緒及社交支援等需要的護老者，長者中心將為他們提供一系列的支援服務，包括服務如下：

支援服務：包括護送，看顧及探訪等，可到戶或在中心提供服務。

培訓課程及活動：可提供小組形式或個別教授之課程或活動(例如：家居照顧技巧、認知訓練。)

支援性小組：包括護老者減壓小組、互助小組及長期病患管理小組等。以上服務，護老者及長者皆可受惠。



大家好！我是新入職的社工梁善姚，負責新增的護老者支援服務。雖然我之前的工作都是服務一班老友記，但今次是我第一次到長者地區中心工作，大家要多多指教喔！另外，我負責的新增服務需要各位護老者的意見，我們期望可以善用資源，為大家提供適切的服務，以舒緩照顧壓力，所以各位如果有任何想法，歡迎跟我分享喔！

聖公會聖匠堂長者地區中心
認知障礙症長者及護老者支援服務
活動情報 (2018-19 年度 1-3 月)

印刷品

督印人：袁偉瑜(服務總監) 印刷數量：280

如未能投寄，敬請退回：紅磡戴亞街一號地庫 聖公會聖匠堂長者地區中心

護老資訊·特別情報



樂也農-社區飯腳計劃



各位護老者，你們想一展廚藝專長嗎？或者想與中心義工及其他護老者家庭共晉晚膳嗎？若有興趣，歡迎你們參與，你更可以擔任義務廚師，在你們家中或中心之廚房，烹煮一份你的拿手小菜，然後與其他義廚一起交流、互相切磋；此外，你亦可帶同你照顧的長者，與其他家庭成員共聚，分享美食。

活動計劃期望透過煮食及食物分享，互展所長，貢獻社群。我們更會邀請社區內的隱蔽長者一同參與，令社區發揮互助互愛的精神。

歡迎各位踴躍報名！



護老者定義：需要照顧「在家居住」長者的家人、親屬或朋友。

申請方法：符合本中心護老者定義，並填妥及簽署「護老者會員登記表」，本中心會發出會員證。

退出方法：可親身向本中心提出申請。

服務時間：星期一至六，上午八時至下午六時(星期日及公眾假期休息)

中心地址：九龍紅磡戴亞街一號地庫(即紅磡街市後面)

聯絡電話：3960 4309 **傳真號碼：**2356 1997

護老隊職員：梁善姚(社會工作員) 蕭俊文先生(社會工作員)

賴秀梅姑娘、李嘉華先生(助理程序幹事)

認知障礙症服務：吳智敏先生(社會工作員) **聯絡電話：**3960 4333

邀請您：

以下為「樂也農」計劃，歡迎踴躍參與(可選多於一項)：

成為飯腳 義務廚師 種植活動 暫沒興趣



~回覆者可得禮物乙份~



活動情報(一)

玩轉腦友 (前稱智醒小站)



日期：2019年1月9、16、23及30日；
2月20及27日；
3月13、20及27日(三)

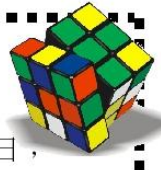
時間：下午2:00-3:00 地點：活動室1-2

對象：一般長者或輕度認知障礙症長者

內容：透過桌上遊戲、交流合作活動讓參加者既可訓練腦筋，又可以認識新朋友，開開心心歡度一個下午。

負責職員：吳智敏先生

「腦友學堂」 認知障礙症小組



日期：2019年1月9、16、23及30日，
2月20及27日；
3月13、20及27日(三)

時間：下午3:00-4:00 地點：活動室1-2

對象：患有早期認知障礙症長者

內容：透過音樂、懷緬、遊戲及現實導向等治療手法，訓練長者認知及溝通能力，減慢或改善腦退化情況。

負責職員：吳智敏先生

如有興趣者，需向職員報名，並為長者進行認知評估

衛生署講座 健康小食



日期：2019年1月25日(五)

時間：下午2:30-3:30

地點：活動室1及2

內容：講解如何選擇健康的小食，實踐均衡飲食的模式。

講者：衛生署外展隊 註冊護士

負責職員：賴秀梅姑娘

「護」「里」同行同學會

日期：2019年1月30日、2月27日及
3月13日(星期三)

時間：下午2:30-3:30

地點：副堂

名額：20名

內容：與護老者探討有關護老的不同話題，分享照顧之道，互相學習如何支援自己的長者，並推動組員之間的互助互愛精神。

負責職員：蕭俊文先生



社區服務體驗·智友善家居導賞團

活動日期：2019年1月28日(星期一)

活動時間：下午3:00-5:00 中心集合：下午2:00 費用：免費(車資自備)

名額：15名

對象：照顧認知障礙症長者之護老者優先

地點：九龍油麻地眾坊街3號駿發花園地下A-C舖

內容：針對認知障礙症長者的居家需要，期望透過參觀讓護老者對友善家居環境、便利生活及提升對安全生活輔助工具有所認識。

負責職員：賴秀梅姑娘



衛生署講座 認識大腸癌



日期：2019年2月15日(五)

時間：下午2:30-3:30

地點：活動室1-2

內容：講解大腸癌的徵狀及治療方法、及早發現和治療的重要性；並教授如何預防及控制大腸癌。

講者：衛生署外展隊 註冊護士

負責職員：賴秀梅姑娘

護老鬆一鬆 明目養神工作坊



日期：2019年3月1日(星期五)

時間：下午2:30-4:00

地點：活動室1-2

名額：10名 費用：\$10

內容：由香薰治療師以香薰營造舒適的環境，教授眼部穴位，並一起敷眼膜，讓護老者從中鬆一鬆！

講者：註冊香薰治療師 區女士

負責職員：賴秀梅姑娘

活動情報(二)



【護老好友一天遊】

- 日期：2019年2月22日(星期五)
時間：上午9:00-4:30 集合時間：上午9:00 集合地點：紅磡邨紅昇昇樓
費用：\$80 名額：15名 對象：護老者
地點：浸會大學(中醫博物館)→深井午餐→屯門環保園
內容：藉著活動讓護老者放鬆一下，渡過快樂的一天，同時藉此聯區活動，讓本區之護老者互相認識，擴展其支援網絡。
負責職員：蕭俊文先生



- 登記日期：2019年1月2日至1月19日
公佈抽籤結果：2017年1月23日(星期三)
抽籤結果會張貼於護老者服務報告板
中籤購票日期：2019年1月23日至1月30日
後備中籤購票：2019年1月31日至2月1日

衛生署講座

改善記憶-日常生活應用篇

- 日期：2019年3月22日(五)
時間：下午2:30-3:30
地點：活動室1及2
內容：講解遺忘的原因、列出改善記憶的方法，並教授增強記憶的技巧、活動及輔助用具。
講者：衛生署外展隊 註冊護士
負責職員：賴秀梅姑娘



護老工作坊

互動教室·失禁處理

- 日期：2019年3月27日(星期三)
時間：下午2:30-3:30
地點：副堂
名額：12名 費用：全免
內容：透過職業治療師教授實務照顧技巧，讓護老者更有信心及能力照顧身邊的長者。
負責職員：蕭俊文先生



外傭護老培訓試驗計劃

- 計劃目標：
1)教授外傭照顧體弱長者的基本知識和技巧；
2)培訓外傭協助長者建立健康的生活模式，減少潛在風險；
3)透過受培訓外傭的照顧和支援，提高長者在社區生活的質素。
對象：已獲聘而現正或將會照顧長者的外傭
名額：每班20人
費用：全免
全期節數：共5節，課堂時數約15小時(第三期將於1月17日舉行)
負責職員：蕭俊文及李嘉華先生
備註：課程以英語或廣東話主講(如有需要，可在課堂上安排菲律賓、印尼及泰國語傳譯服務)講義備有中、英、菲律賓、印尼及泰文版本。

