



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4-6月份

活動 情報



護老服務 話您知

香港人口持續老化，更多人需要參與照顧的角色，他們所面對的問題亦會隨着受照顧長者的身體狀況改變而愈趨嚴峻。有見及此，政府為長者地區中心增撥資源，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。現時中心提供的護老者服務包括：資源借用、互助支援小組、減壓活動、家居照顧技巧訓練、義工探訪、緊急陪診、看顧服務、簡單輔導及轉介服務等，詳情可以向護老隊同事查詢。

本年度中心將參考時間銀行概念（有關概念將於後頁詳述），動員護老者發揮「助人自助、自助助人」的精神，鼓勵護老者參與照顧其他長者，並以此作為將來交換服務的基礎，此舉期望將資源更有效地配對到有需要的護老者身上。

另外，本中心亦會定時增設護老者休閒閣（詳見後頁），由健康助理負責看顧受照顧長者，讓護老者能在旁邊休息或與其他護老者交流照顧心得。休閒閣內亦設社工當值時間，讓護老者能夠即時查詢社區資訊，及得到情緒支援。我們期望打造聖匠堂成為護老者及受照顧長者的第二個家。

除以上新增服務外，中心有見夫婦服務使用者為數不少。部份亦年時漸高，亦開始有被照顧的需要。因此於新年度將再度增加夫婦護老者分享的平台，招聚大家，共同學習護老知識，為將來護老工作作準備，亦加強大家之互助網絡，互相支持同心同行。期望各位收到本季刊後，事不宜遲，盡快到中心找護老隊同事辦理續會手續及報名參加不同活動。另外如果你們身邊亦有合適的護老者，不妨邀請他們一同參與，成為我們的一份子！

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 (2019-20 年度 4-6 月)

印刷品

督印人：林偉峰(高級服務經理) 印刷數量：350

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



什麼是時間銀行？

時間銀行是最初在瑞士推行的一種養老制度。當市民年輕時，又或者退休初期，感到自己有能力照顧長者，便可以去當地的社會保障部登記做義工，而登記義工照顧長者的時數便會「儲」起來（存入社保系統的個人帳戶內），當將來義工也成為長者，需要別人照顧時，便可以優先獲得服務。

香港聖公會轄下的將軍澳安老服務大樓亦於前年推出「織福——長者互助發展計劃」，引入「時間銀行」概念，讓參與計劃的將軍澳區長者透過參與義工服務儲時分，有需要時可換取相應照顧服務、康樂活動或有用物資。

護老者休閒閣

日期：由 2019 年 4 月 16 日開始，逢星期二

時間：下午 2:30-5:00

地點：長者中心休閒閣

對象：護老者及被照顧長者

內容：由健康助理提供中心看顧服務（包括健康運動和認知訓練等），讓護老者得到喘息時間，同時亦提供平台讓護老者互相認識，交流照顧心得，並由社工提供社區資訊及情緒支援等。

負責職員：梁善姚姑娘



考考您：

新增設的護老者休閒閣，服務對象主要是？

被照顧長者

護老者及被照顧長者



~答對者可得禮物乙份~



活動情報(一)



玩轉腦友

日期：2019年4月10、17日及24日(三)；
5月15、22及29日(三)；
6月12、19及26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

「夫唱婦隨」小組

日期：2019年4月18日、5月16日及
6月27日(星期四)
時間：上午9:30至10:30
地點：副堂
對象：長者夫婦 名額：16名
內容：藉著小組鼓勵長者夫婦間分享相處之道，互相學習如何關心自己的伴侶，並推動組員之間的守望相助精神。
負責職員：蕭俊文先生



衛生署講座 認識冠心病

日期：2019年4月26日(五)
時間：下午2:30-3:30
地點：活動室1及2
內容：講解冠心病的成因、徵狀、預防及處理方法。
講者：衛生署外展隊 註冊護士
負責職員：賴秀梅姑娘



衛生署講座 足部平安

日期：2019年5月24日(五)
時間：下午2:30-3:30
地點：活動室1-2
內容：講解長者常見的足患原因及防治方法，並教授高危人士，如糖尿病患者等，採取適當的護足措施以減低足患。
講者：衛生署外展隊 註冊護士
負責職員：賴秀梅姑娘



「腦友學堂」認知障礙症小組

日期：2019年4月10、17日及24日(三)；
5月15、22及29日(三)；
6月12、19及26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

「護」「里」同行同學會

日期：2019年4月24日、5月29日及
6月19日(星期三)
時間：下午2:30-3:30
地點：副堂
名額：15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



足浴梳乎您 2019(一)

日期：2019年4月29日(一)
時間：下午2:30至4:00 地點：活動室1-2
對象：護老者 收費：\$10
名額：8人(不能與20/6重複報名)
內容：以香薰精油配合按摩一起浸泡雙腳，透過學習按摩雙腳，讓護老者放鬆身心。
講者：註冊香薰治療師 區女士(Elaine)
負責職員：賴秀梅姑娘
備註：參加者需自備毛巾一條



社區服務體驗

路德會包美達耆年日間護理中心

日期：2019年5月31日(星期五)
時間：下午3:30-4:15 中心集合：下午2:45
名額：15名 對象：護老者
費用：免費(車資自備)
地點：九龍何文田忠孝街89號地下
內容：透過參觀讓護老者對日間護理中心有更多的認識和了解。
負責職員：賴秀梅姑娘

活動情報(二)

孝心滿載頌親恩 2019

- 日期：2019年6月11日(星期二)
時間：下午2:30-4:00
地點：活動室1-3 收費：\$30 名額：20名(額滿即止)
對象：護老者及其長者(只適合子女或孫兒關係)
內容：藉遊戲、下午茶及互相分享，讓護老者與其長者一同渡過輕鬆愉快的下午，同時藉此讓兒女對父母的養育之恩表達謝意。
負責職員：賴秀梅姑娘及蕭俊文先生



衛生署講座：長者夫婦相處

- 日期：2019年6月14日(五)
時間：下午2:30-3:30
地點：活動室1及2
內容：講解長者夫婦關係中常見的相處問題及其成因；並教授與伴侶相處的技巧，從而改善夫妻的關係。
講者：衛生署外展隊 註冊護士
負責職員：賴秀梅姑娘



足浴梳乎您 2019(二)

- 日期：2019年6月20日(四)
時間：上午9:45至11:00 地點：活動室1-2
對象：護老者 收費：\$10
名額：8人(不能與29/4重複報名)
內容：以香薰精油配合按摩一起浸泡雙腳，透過學習按摩雙腳，讓護老者放鬆身心。
講者：註冊香薰治療師 區女士(Elaine)
負責職員：賴秀梅姑娘
備註：參加者需自備毛巾一條



互動教室

如何照料體弱的另一半

- 日期：2019年6月26日(星期三)
時間：下午2:30-3:30
地點：副堂 名額：10名
對象：護老者 費用：免費
內容：透過專業同工教授實務照顧技巧及知識，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



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



Operated by
Hong Kong Sheng Kung Hui Welfare
Council Limited