



救世軍大坑東長者綜合服務

南山長者之家 南明婦女之家

# 聽山 · 明說

山明季訊第十期

督印人：高級主任黃淑嫻姑娘

編輯小組：社福隊

印刷數量：100份

地址：香港九龍石硤尾南山邨南明樓2至3樓

電話：2777 5102 / 6188 4436 (WhatsApp)

傳真號碼：2777 9847

電郵：nsr.sc@hkm.salvationarmy.org / nmh.sc@hkm.salvationarmy.org



## 嫻情話語：

兩院自4月中恢復了開放探訪，家屬可於日間時段免檢測到訪，至4月底南明院隨著社區疫情復燃而再次出現院友感染個案，南山院於5月初亦同告失守。正當同事們摩拳擦掌，安排了一系列活動而義工團體又蓄勢待發之際，院舍突然又要暫停開放，同事、家屬及院友的無奈自然是可想而知。在可見的未來，恐怕兩院仍不時要就疫情狀況而採取必要的措施以保障院友的健康。我們熱切期望可以早日告別這種日子，讓院友的生活得到真正的復常。

在2023-24年度，兩院會以『健康「新」活，越變越強』為題，主要針對疫後推出一系列活動，當中的一大重點服務是加強院友與家屬的聯繫，我們明白抗疫三年，家屬與院友的接觸大大減少了。為了緩解雙方掛念之情，在社會復常之初，兩院已馬上邀請院友及家屬同遊迪士尼及故宮博物館，是年度亦會持續推出「小手牽大手」的子親活動，希望邀請家屬與院友一起出席活動，令院友感受家人的關愛，讓雙方建立珍貴的回憶，同時促進家屬與兩院的溝通及連繫。

此外，是年度又會推出「樂活自主」銀齡計劃，為個別院友設定照顧的目標及方向，持續透過一系列活動改善院友的體能及營養，提昇院友的自主性及獨立能力，令他們在同工的支援下享有最大程度的自主生活，盡力延緩衰退。我們期盼在同工的同心協力及家屬的同行下，院友可享有更富尊嚴而優質的照顧。

今天讓我們一起為院友在疫後重過健康的「新」活而努力。憑藉家屬的支持，相信同工都能越變越強，為院友的福祉多行一步！

# 南山南明院

## 護老者服務年度計劃

### 促進院友與家屬重新連繫，樂聚天倫



- 重啟「小手牽大手」計劃，舉辦子親外出活動、子親廚房及香薰按摩
- 維持視訊服務，讓海外親友與院友保持聯絡
- 復辦節日聚餐，讓院友與親友同賀節日

### 維繫家屬與院舍的合作互信關係，共同推展院友個人照顧計劃



- 邀請家屬出席個案會，共同制定切合院友的個人照顧計劃
- 邀請家屬擔任院內義工，與院友一同參與院內活動
- 定期發放院友的活動照片予院友家屬
- 舉辦年度懇親會，介紹重點服務，就完善院舍服務收集家屬意見

### 提升護老者的照顧技巧，由專業同工舉辦工作坊



- 餵食技巧工作坊
- 香薰按摩工作坊
- 伸展運動工作坊

敬請親友密切留意護老者活動推廣!

# 服務推介

## 「樂活自主」銀齡計劃—老有所為活動計劃

「樂活自主」銀齡計劃於 2023 年 5 月至 2024 年 1 月期間於院舍推展，會按院友的生活期望設定照顧的方向和目標，服務團隊透過「自立支援」照顧模式，讓院友在日常生活過上更獨立自主的生活。

本院各專業團隊將連結院友及其家屬，透過一系列活動，包括園藝、烹飪及手工藝小組、暢飲及營養計劃，以及肌力和自理能力訓練小組等，提昇院友參與日常生活的動機、自理能力及獨立性，讓他們的院舍生活過得更自主及滿意。

2023 年							2024 年	
5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10 月	11 月	12 月	1 月
<b>活動前訪談</b> 由專業團隊與參加者及其家屬面談，了解參加者的期望及訂定目標。		<b>肌力及自理能力訓練</b> 輔助醫療團隊舉辦針對肌肉質量的小組訓練，定時評估並適時修訂執行方案。					<b>成果分享暨嘉許禮</b> 以市集攤位形式呈現長者於計劃的成果，包括自製甜點、手工藝及盆景作品；同時舉辦嘉許禮表揚參加者及職員的付出。	
		<b>暢飲及營養計劃</b> 由護理團隊定時準備不同飲品予全院院友飲用，增加水份攝取量；並由院舍廚師及護士一同檢視院舍餐單，透過營養餐膳增加院友的蛋白質攝取量；並按需要提供合適餐具，提升院友自行進食的動機及能力。			<b>園藝、烹飪及手工藝小組</b> 社工帶領以感官刺激、手肌訓練及組織執行性元素的活動，邀請家屬擔任義工，與院友一同參與小組。		<b>社區推廣及宣傳</b> 邀請參加者親身到區內的長者院舍及長者日間中心推廣計劃的成效，鼓勵將「自立支援」照顧模式融入日常生活中。	



如有任何查詢，歡迎與社工李先生聯絡。

# 活動花絮

## 懇親會

2022-23 年度懇親會已於 11/3/2023 以實體形式進行，山明兩院共有 39 名家屬參與，一同回顧院舍去年的點滴及展望來年服務，並與家屬商討院舍疫後復常的安排。



為參與家屬預備甜 CC 三重奏

## 小手牽大手：迪士尼親子

山明兩院獲得 2023 迪士尼社區共享計劃贊助，安排院友與家人於 29/3/2023 一同暢遊香港迪士尼樂園。樂園的街頭音樂表演及小型巡遊等活動增添歡樂氣氛，讓院友與家人共享快樂時光。



## 小手牽大手：香港故宮文化博物館親

承中銀香港贊助，山明兩院院友與家人於 3/4/2023 參觀香港故宮文化博物館。院友表現雀躍，過程中分享與展品相關的見聞，樂在其中。除了參觀博物館，院友和家人亦到西九文化區的海濱長廊「打卡」，為旅程留下難忘回憶。



# 陽光遊樂園



隨著社會復常，山明院復辦了陽光遊樂園，由職員及義工陪同院友到南山邨附近公園做運動及曬太陽，一同享受日光浴。



## 開心「常」餐

隨著院舍生活復常，山明院院友享用豐富午膳慶祝一番。院舍預備了燒肉、蝦、帶子等，亦供應軟餐盆菜與眾同樂，一齊大快朵頤！

## 南山南明競技日 (PMS)

3/2023 已於南山三樓、二樓及南明院各舉辦競技日，透過各種富趣味的遊戲，鍛鍊院友大小肌肉的控制、平衡力、爆發力、手眼協調等，讓運動變得更有趣味。過程中院友玩得投入，氣氛熱鬧！



## 春季生日會

院舍於 26/4/2023 舉辦春季生日會，為農曆一至三月生日的院友慶生。是次生日會加入了唱 Karaoke 環節，由院友自行揀選想唱的歌曲，如「萬水千山總是情」、「你的名字我的姓氏」等，亦有遊戲及拍攝生日照，與眾同樂。



山明院是日下午茶為壽桃包，另亦預備了軟餐壽桃包予體弱院友。

### 生日快樂



## 大展鴻「兔」迎新歲

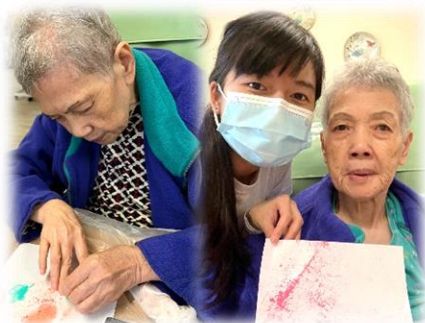
南山南明院舍於 2023 年 2 月 20 日舉辦大展鴻「兔」迎新歲，與院友開心迎兔年。縱使活動需分樓層進行，透過線上會議形式串連三地，但仍無損歡樂氣氛，當日場面依然熱鬧非常。職員與院友大玩「新春猜字謎」和「抽獎迎春」。



# 藝術小組



南山南明院舉辦藝術小組與院友一起繪畫和諧粉彩。和諧粉彩不需任何繪畫經驗，只需要一雙手及簡單工具，每個人都可以輕易掌握，繪畫出屬於自己獨一無二的作品，讓院友享受治癒的繪畫過程，放鬆心情和舒緩壓力。



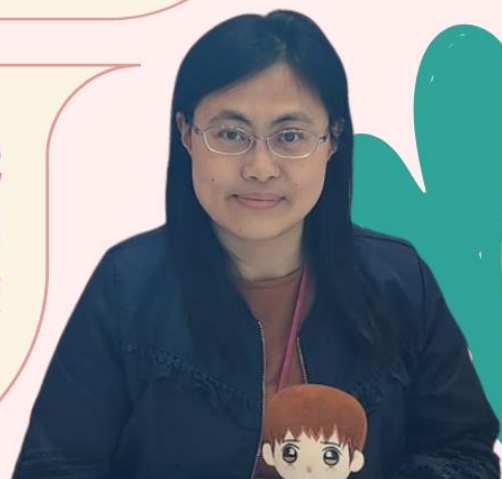
# 職員動向



大家好!我係助理幹事張石玲  
Cherry, 喜歡行山及旅遊。  
好高興認識大家, 請多多指教!



大家好, 我是程序工作員邵潔滢姑娘。我  
是一位基督徒, 有定期返教會, 喜歡打羽  
毛球, 逛街購物和行山, 歡迎大家跟我交  
流, 請大家多多指教。



大家好, 我是程序工作員梁曼鈺  
姑娘, 平時放假會周圍逛街、旅  
行和去食一點地道食物。



大家好! 我係臨時程序工作員  
何緻穎姑娘, 歡迎大家多啲搵  
我傾計, 我會好開心架!



我是保健員劉雲雲, 好高興加入救世軍大家  
家庭! 我出生嘅孔子之鄉, 有山東人嘅身高,  
但無山東人嘅魁梧。性格開朗, 閒時鍾意睇  
書同電視劇, 仲有爬山同去旅行。







大家好，我是護理員牟春花，平日喜歡行山、跑步、游水，好榮幸可以照顧各位院友！



大家好！我是護理員陳永虹，我喜歡做家務，亦喜歡逛街及吃東西。好高興認識大家。



大家好，我是保健員郭洪，興趣是旅行和看劇。很高興加入救世軍這個大家庭！



大家好！我是護理員蕭潔玲，我喜歡看電視及吃東西。請多多指教。



大家好，我是保健員吳小莉，興趣是聽歌、唱歌和游水。很高興認識大家！



# 活動預告

## 克己運動 2023

本年度的克己運動將於 5 月至 7 月舉行，主題為「克盡己能·盡心而行」，奉獻將會用作支持「國際克己運動基金」及救世軍中國事工。院友及家屬可透過奉獻封及籌款活動支持克己運動。

### 克己健康大笪地

日期：2023 年 6 月 20 日(二)

時間：下午 2:30-4:00

地點：南山 2 樓飯廳、南明飯廳

內容：院友捐款義唱 Karaoke、贊助職員參與運動挑戰及小食義賣

負責職員：程序工作員邵姑娘

**\*克己運動只接受現金籌款\***

### 克己慈善豬仔錢罌義賣

克己慈善「豬仔錢罌」義賣活動亦隨即展開，分別有大豬、中豬、小豬或以組合形式進行義賣。有興趣訂購之院友及家屬，可於即日起至 14/6/2023 向社工組訂購。是次訂購以現金支付，如有查詢，歡迎向社工陳姑娘聯絡。

款式	內容	售價 (HK\$)
A	小豬錢罌	30
B	中豬錢罌	40
C	大豬錢罌	50
D <b>九折</b>	一家三口存錢組合 (小中大各一隻)	108
E <b>九折</b>	一家四口存錢組合 (小x2 + 中x1 + 大x1)	135



## 蒙特學堂

日期：2023 年 5 月 17 日至 8 月 9 日(逢星期三)

時間：上午 10:00-11:00

地點：南山 2 樓大廳

內容：透過認知訓練、感官刺激及懷緬元素，訓練長者大腦「不停轉動」，為院舍生活添上一點「甜」味和「趣」味。

對象：南山院友(認知障礙症院友優先)

名額：8-10 名

費用：全免

負責職員：社工陳姑娘

## 小手牽大手系列： 甜品製作工作坊

日期：2023 年 6 月 30 日(星期五)

時間：下午 2:30-4:00

地點：南山長者之家二樓聚膳坊

內容：由職業治療師講解餐膳類別及院舍廚師教授製作適合任何餐類院友享用的甜品。

對象：院舍護老者

名額：10 名

費用：每名參加者\$20

負責職員：社工隊長藍姑娘




## 陽光遊樂園

日期：5/2023-3/2024(逢星期二)  
時間：上午 10:00-11:00  
地點：南山邨附近公園  
內容：由職員及義工陪同院友外出散步。  
對象：南山及南明院友  
名額：每次 3-5 名院友  
費用：全免  
負責職員：程序工作員邵姑娘



## 夏季生日會

日期：2023 年 7 月 20 日(四)  
時間：下午 2:30-3:30  
地點：南山 2 樓飯廳、3 樓飯廳、南明飯廳  
內容：透過遊戲、享用生日甜點及拍攝生日照，為農曆四至六月生日的院友慶祝。  
對象：農曆 4 月至 6 月生日院友  
費用：全免  
負責職員：程序工作員梁姑娘



## 麻雀治療小組

南山長者之家

日期：5/2023-3/2024 (逢星期三)  
時間：下午 2:30-3:00  
地點：南山 2 樓飯廳



南明婦女之家

日期：5/2023-3/2024 (逢星期一)  
時間：下午 2:30-3:00  
地點：南明飯廳

內容：透過麻雀活動，讓院友多動用腦筋，享受打麻雀的樂趣，延緩腦退化。  
對象：南山及南明院友(認知障礙症院友優先)  
費用：全免  
負責職員：程序工作員梁姑娘



## 藝術小組

南山長者之家

日期：2023 年 4 月 13 日至 5 月 25 日 (逢星期四)  
時間：上午 10:00-11:00  
地點：南山 3 樓飯廳

南明婦女之家

時間：下午 2:30-3:30  
地點：南明飯廳

內容：讓院友繪畫和諧粉彩，通過治癒的繪畫方式，令心靈產生平靜、和諧的感覺，紓解內心的壓力與情緒。  
對象：南山及南明院友  
名額：山明院各 6 名  
費用：每名參加者\$10  
負責職員：程序工作員何姑娘



## 手機聯動 生活傳頌

日期：2023 年 5 月 15 日至 6 月 12 日(逢星期一)  
時間：上午 10:00-11:00  
地點：南山 2 樓 211 聚膳坊  
內容：教導院友智能手機的基本操作、使用應用程式與家人聯絡，以及瀏覽網站。  
對象：南山院友  
名額：6 名  
費用：全免  
負責職員：程序工作員簡先生



# 互動遊戲區

估下我係咩?



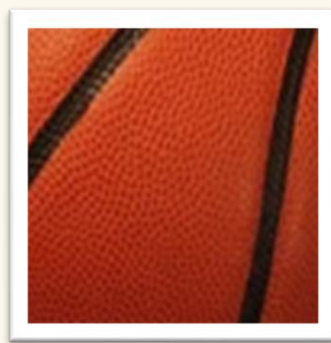
猜一水果



猜一交通工具



猜一動物



猜一用品



猜一文具

歡迎將答案 WhatsApp 或電郵給我們，答對以上所有題目，可獲得精美紀念品一份，送完即止。

## 意見回饋

您的寶貴  意見  讚賞：

---

---

---

---

如您對本院之服務有任何意見/讚賞，歡迎寫下，可以親身或透過電郵、傳真或以郵寄方式交回以下表格，謝謝您！

填寫人：\_\_\_\_\_ 聯絡電話：\_\_\_\_\_