



中華便以利會
恩慈長者鄰舍中心

2021-2022年度
中心年報

(一) 年度服務概覽

本年度中心服務使用者人數

服務使用者類別	人數
長者會員	799
耆青會員	5
義工	115
普通護老者	141
有需要的護老者	54

本年度多元化小組及活動數目及參與人次

活動類別	活動次數
推廣長者「健康與積極樂頤年」、生理、心理及社交健康；滿足長者的教育及發展需要； 滿足長者的社交及康樂需要	171
義工招募、發展及服務	58
護老者支援服務，包括互助支援小組及培訓活動	40
認知障礙症公眾教育計劃 /活動	14
為患有認知障礙症長者及 /或護老者提供支援及訓練的計劃 /活動	9
為患有認知障礙症長者及 /或護老者提供支援及訓練的小組	3

有需要護老者支援小組	6
有需要護老者培訓活動及計劃	18
以上活動參與人次	11,658 人次

(二)服務工作統計

本年度個案服務人數

個案類別	人數
輔導個案	117
隱蔽或需要照顧的長者個案	48
「長者健康及家居護理評估」個案	42

其他服務數字

服務類別	數字
每節的平均出席人數	48.6
服務推廣及/或建立策略夥伴關係而與地區持份者舉行的活動	12
接受過認知障礙症相關訓練的人士總數。	35

<p>為有需要的護老者提供包括義工探訪、接送服務及短暫看顧長者服務（家居為本或中心為本）等支援服務的總數。</p>	<p>104</p>
<p>一年內為提高地區持份者（如保安員或互助委員會）的意識以便識別有需要護老者而舉辦的計劃及活動總數。</p>	<p>4</p>

(三) 活動相片巡禮



「2019 冠狀病毒病疫苗資訊講座」

由衛生署職員介紹香港目前疫苗種類及香港現時接種地點，接種疫苗後可能出現的副作用及哪些長期病患不適宜接種疫苗，並現場解答參加者對疫苗的疑問，參加者表示講座內容充實，資訊貼合政府最新消息。

「恩慈生日之星 7-9 月生日會暨賀中秋」

即使受限於疫情，參加者均對活動的各項安排表示滿意，眾人互相合作完成遊戲。而且義工熱情協助也帶來愉快的氣氛。

「重拾青春 APPS 班（娛樂篇）」

講解手機自拍技巧及使用美顏應用程式讓相中人變得更美麗動人，精神抖擻。過程中教授了磨皮、美白、瘦面、眼睛放大等技巧，及教授會員最佳自拍角度。最後會員學以所用，嘗試為自己的相片進行美圖。



「認識香港-多一點美麗」

疫情期間的戶外活動，讓長者帶來活力。導賞員生動及詳細的講解，讓長者十分享受。

「扭氣球歡樂派對」

參加者反應熱烈，導師先教授基本的氣球造形技巧，期後當參加者掌握了基本技巧後，再教授心形棒、蝴蝶棒。過程中參加者互相協助，打成一片，場面十分熱鬧。他們均表示日後有類似活動會繼續參加。

「穴位保健講座」

是次活動主要教導參加者耳朵及手掌穴位的按摩，導師講解不同穴位的按壓會刺激身體內的不同器官，勤力和正確的按壓有助舒緩痛症。



教育及發展性服務



「水墨畫班(4-6月)」

疫情緩和，中心重新開設水墨畫班。報名反應熱烈，導師教授山水、動物、竹葉等等。學生首次繪畫便有佳作，滿足感十分大。



「頸巾 10 式」

通過影片方式示範日常圍巾及絲巾 10 種潮流、簡約、百搭戴法，令長者會員掌握保暖好看的圍巾搭法，保護頸部能擋住風寒遠離疾病，同時又能潮流、好看。



「舊日香港知多 D」

疫情期間，透過小問答形式重溫長者對香港舊日的回憶。鼓勵長者透過 Whatsapp 或電話等通訊方式答題，增加長者對智能手機上網的興趣，並嘗試多學習使用 Facebook 點讚功能。

義工發展



「開心老友記蔬果花束體驗班」

由中心職員及已學習紮蔬果花技巧之義工與體弱長者一同製作蔬果花束，感受紮蔬果花束的樂趣。參加者對蔬果花束感到很新穎，完成製成品後感到開心，捧著很特別的花束拍照留念。聲稱收到花束很實際，既可以欣賞又可以煮食。



『老友記「義」相聚』

由中心活力先鋒隊義工與體弱長者聚會，讓義工可以發揮所長。義工協助體弱的長者製作簡單的小手作。過程中義工協助體弱長者彼此間互動，大家一起傾談近日的生活情況，樂在其中。



「開心老友記迎聖誕」

由耆義策劃義工與體弱的長者一同慶祝聖誕節及表達關愛。耆義策劃義工透過唱歌、運動、小結他表演、問答及裝飾聖誕樹等環節與體弱的長者一同慶祝聖誕節，讓他們感受到節日的氣氛。



「義工年度訓練」

為義工提供聚會機會並學習繪畫日式和諧粉彩及基本帶領技巧，並於 12 月義工年度聚會內擔任義工身份協助活動。

義工首次學習日式和諧粉彩繪畫，掌握簡單手指繪畫技巧，過程中學習放鬆心情感受當下的平靜，接受不同事物從中學習多欣賞、少批評態度，並將這個態度帶到日後做義工服務中。



「義工年度聚會暨嘉許禮」

為中心義工提供凝聚機會，一起透過日式和諧粉彩繪畫的交流過程，促進彼此合作，共同創造出色彩繽紛的大畫作。當日會安排義工嘉許環節，感謝義工過往一年，在疫情下付出寶貴的時間參與中心的義工服務及個別榮休義工，過往多年參與中心義工服務付出的努力。



「長者飛鏢體驗日」

由已學習飛鏢運動技巧之義工帶領及教授中心會員有關飛鏢運動的技巧及玩法，體驗飛鏢運動的樂趣。參加者初體驗飛鏢運動感到很新穎，很特別。初時擲不中鏢靶，但經義工指導，很快就投擲成功，感到有滿足感。亦讚賞義工們很有耐性，很細心地協助他們投擲飛鏢。

「恩慈靚湯贈長者」

由中心義工上門為體弱的長者派發滋潤的湯水並關心了解長者的近況。亦提供義工服務機會，發揮到關愛社區長者精神。

外展及社區網絡工作



大坑西外展

中心與長者義工為居民定期進行身體檢查包括：量血壓、磅重，並藉此活動發掘社區隱蔽長者，提供支援。另外，中心社工亦會在街站介紹中心服務，並為有需要社區人士解答疑難。

護老者服務



護老者情緒表達小組

透過藝術創作探索自己及情緒，學習表達自己想法及感受，提升個人在面對照顧受護者所抑壓情緒的能力。

護老者舞蹈團

學習街舞及提供表演機會，以建立護老者互助網絡，在照顧路上學習彼此欣賞及鼓勵。



夫婦日營

透過夫婦合作及競技遊戲，增加夫婦溝通及合作，發掘夫婦個人及共同特質，學習互相欣賞。



護老天使小組

每月不同主題，包括減壓、資訊性、節慶活動等內容，讓護老者建立支援網絡，彼此同行互相支持。



夫婦同樂日

每季不同主題，包括雙人舞蹈、雙人拉筋等，增加夫婦互動及合作，共創夫婦甜蜜回憶。



疫情居家活動

在疫情期間長者減少外出，增加了護老者與受護老在家的磨擦，提供手工、園藝等減壓活動，舒緩護老者在疫情期間的照顧壓力。

護老者街站

由護老者協助設計街站，向公眾人士提供護老者資訊，增加社區對護老者的關注，並發掘本區有需要的護老者。



有支援需要護老者服務



樂韻見晴天

由音樂治療師帶領護老者，透過音樂，創作及歌唱錄音，分享照顧的心路歷程和感受。



輪椅三寶

與自強協會合作，由輪椅維修師父為需要坐輪椅的受護者進行輪椅檢查及維修，更度身訂造輪椅雨衣及加裝 LED 燈和響鈴。

護老同行加油站

每月不同主題內容，為有支援需要護老者提供放鬆減壓的活動空間，亦讓同路人彼此認識和鼓勵，在漫長的照顧道路上互相扶持。



護老技巧工作坊

由不同的專業人士，包括物理治療師、護士及社工講解不同範疇的長者照顧技巧，增加護老者在照顧上的技能和知識。



護老劇團

透過短片拍攝及話劇排練和表演，讓護老者與受護者增加正向的互動機會及共同的歡樂時間。同時提供互相支援平台讓護老早結識同路人。



樂韻見晴天

由音樂治療師帶領護老者，透過音樂，創作及歌唱錄音，分享照顧的心路歷程和感受。

認知障礙症服務



「提升腦力好方法：四巧板」

透過短片/中心面授形式，介紹簡易四巧板玩法，並讓會員認識如何在日常生活中提升「五感」。中心亦預備多套四巧板給予有需要會員/護老者，讓他們疫情期間都能在家進行練習，保持大腦靈活。



「玩轉星期五」

活動安排每星期一節於中心舉行，讓會員透過運動、桌遊、小遊戲等，保持腦筋靈活、自信，以預防認知障礙症。參與會員均。因活動每節出席人數不同，故工作員會按出席人數調節當日活動內容。各參與會員均對活動感十分滿意，期待每星期不同活動內容，並能讓他們動動腦筋，增添生活樂趣。



「健腦大使訓練工作坊」

邀請中心有潛力的會員加入，並教授與認知障礙症相關資訊、與患者相處技巧等，培訓成為「健腦大使」，協助中心認知障礙症服務的活動推行，包括中心認知小組、活動外出旅遊等。



「智醒」秋日旅行團

活動讓認知障礙症患者與家屬能一同外出，享受愉快的一天。各參加者均表示已接近兩年未曾參與中心外出旅行活動，故感到特別高興。而當日除了認知障礙症患者與其護老者一同參與外，亦安排「健腦大使」陪伴及照顧未有護老者一同參與的患者，過程中亦加深了參加者間互動交流，讓彼此增進友誼。



「耆智遊樂園」

小組合共 6 節，透過不同桌遊、練習、4X4 數獨及，為有記憶問題/MCI 的長者加強腦部及認知訓練。此外小組亦教授參加者日常五感認知訓練，讓他們於日常生活中亦能每日進行五感訓練，提升認知及五感。



「耆藝「知」多 D」

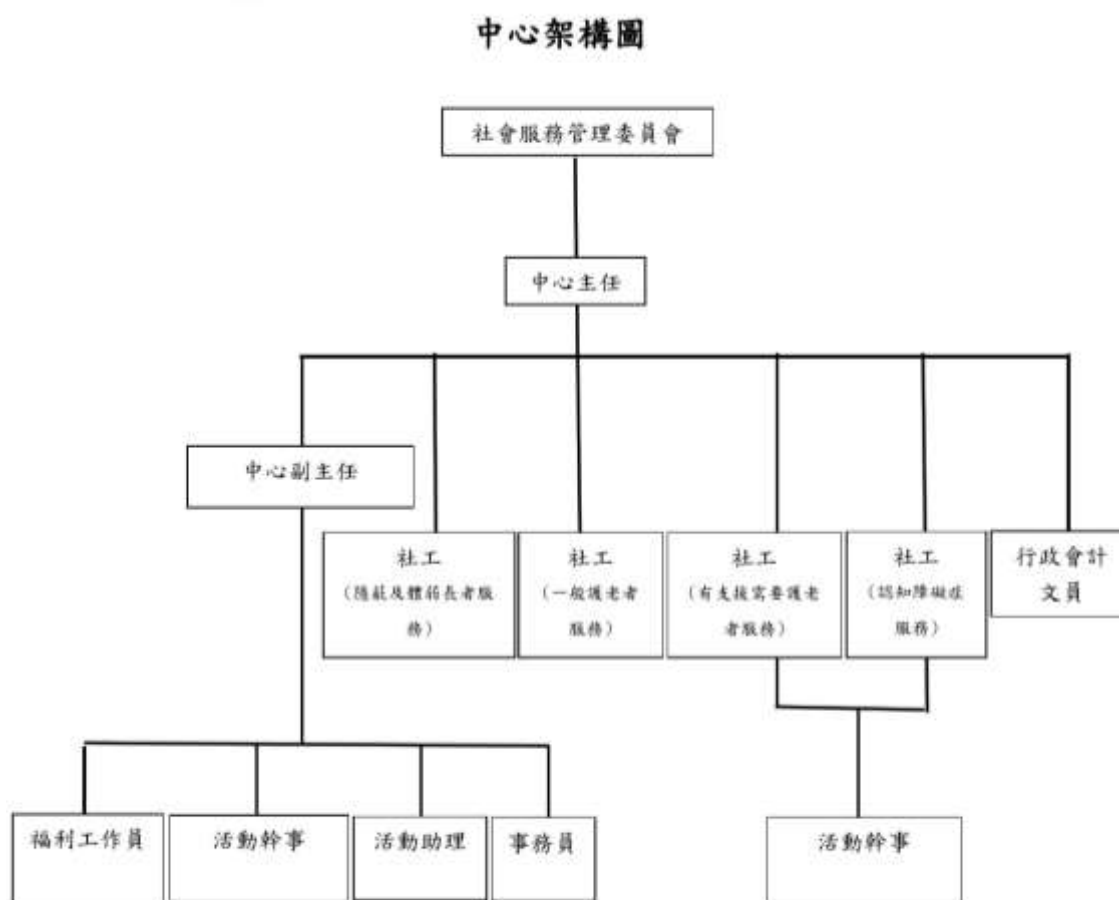
小組合共 4 節，透過手工製作、遊戲、繪畫等，增強五感、專注力、及視覺空間等訓練。是次參與小組長者因患有認知障礙症及認知能力較弱，故每節均會安排「健腦大使」陪伴及協助。組員於「健腦大使」陪伴及鼓勵下均積極投入參與，而活動後義工表示對小組感滿意，同時讓他們更能掌握如何與不同長者相處及一同活動時的技巧。



「記憶加油站」

因應疫情未能於中心舉行活動，因此更改為每星期發一節短片予參加者，並需參加者看完後完成有關習作並 WHATSAPP 給中心，參加者亦可透過 WHATSAPP 發問和聯絡工作人員。參加者表示疫情下在家亦能定時進行健腦訓練，感覺很充實。

3. 組織架構圖



4. 社會服務管理委員會及中心職員名單

社會服務管理委員會名單	
管委會主席	關萬城先生
管委會核數	陳偉業先生
管委會委員	梁貴明先生
	李詠欣女士
	梁嘉敏女士
	楊景波先生

中心職員名單	
中心主任	楊雅燕女士
中心副主任	歐佩儀女士
社工(有需要護老者服務)	陳詠基先生
社工(護老者服務)	郭淑明女士
社工(長者外展服務)	張萬興先生

社工(認知障礙症服務)	彭敏蕙女士
福利工作員	謝月珍女士
活動幹事 1	陳嘉祺先生
活動幹事 2	鄭皓詩女士
行政會計文員	吳翠琴女士
活動助理	余家穎女士
事務員	王翠章女士