



屯門安老院通訊

地址：新界屯門蝴蝶邨蝶心樓二樓及三樓

電話：2467 5967

傳真：2464 8974

電郵：tuenmunhostel@tmh.kcsra.org

網址：<https://kcsraes.com/>



疫情雖然未有減退，但是希望透過院舍之佈置，各類型的小組活動，為院舍帶來正向能量，加強職員、院友之抗疫能力，為健康、生活加油打氣！



目錄

院舍睇真D	P.2-P.3
小組活動花絮	P.4-P.5
專題活動	P.6
護理資訊	P.7
有獎問答遊戲	P.8



院舍睇真 D

1

新入住院友

6 月份



梁妹



張佩嫦



陳育琴



楊二女

7 月份



梁麗珍

7 月新入職同事



梁韻怡
(行政會計文員)

離職職員：

保健員吳慕賢、護理員楊麗莉、庶務員黃雪枚於 5 月份離職，在此感謝她們在院舍的工作。

2

職員動向

5 月新入職同事



麥四梅
(護理員)



劉中麗
(庶務員)



聶腊梅
(庶務員)

3

火警演習

本院於 7 月 8 日順行舉行火警演習，讓職員及院友更加能夠熟識當遇到火警之逃生方法。而由於受到疫情之影響，演習過程分不同樓層進行。



4

職員培訓

本院定期安排職員參加各類型培訓，當中包括「預防跌倒」、「預防多重抗藥性細菌」、「晚晴照顧計劃」、「應對多重耐藥性菌類的感染控制措施」。



▲ 預防跌倒



▲ 預防多重抗藥性細菌



▲ 晚晴照顧計劃



▲ 應對多重耐藥性菌類的感染控制措施

5

服務質素標準及政策程序指引

6

本院之 16 項服務質素標準 (SQS) 及政策程序指引 1 至 30 項，已於 7 月份修訂。歡迎院友、家屬及職員索閱。

7 樂悠咭 「樂悠咭」於 2022 年 6 月 1 日至 2023 年 10 月底開始分階段接受 65 歲或以上合資格香港居民申請「樂悠咭」，以繼續享用政府長者及合資格殘疾人士公共交通票價優惠計劃（二元優惠計劃）的乘車優惠。申請人可按下列時間表透過「八達通 App」手機應用程式或郵寄表格，向八達通卡有限公司（八達通公司）遞交申請。

申請日期	申請人出生年份（香港身份證持有人）
2022 年 6 月 1 日至 30 日	1956 年
2022 年 7 月 1 日至 31 日	1955 年
2022 年 8 月 1 日至 31 日	1954 年
2022 年 9 月 1 日至 30 日	1953 年
2022 年 10 月 1 日至 31 日	1952 年
2022 年 11 月 1 日至 30 日	1951 年
2022 年 12 月 1 日至 31 日	1950 年
2023 年 1 月 1 日至 2 月 28 日	1948 至 1949 年
2023 年 3 月 1 日至 4 月 30 日	1946 至 1947 年
2023 年 5 月 1 日至 6 月 30 日	1943 至 1945 年
2023 年 7 月 1 日至 8 月 31 日	1939 至 1942 年
2023 年 9 月 1 日至 10 月 31 日	1938 年或以前



請家屬協助
有需要之院友
進行申請

另外八達通公司已新增「樂悠咭」申請服務專線（31471388），方便長者及他們的照顧者查詢。此外，由今年六月一日起，超過 330 個增至超過 540 個。除 97 個港鐵客務中心（馬場站除外）、20 個民政事務處民政諮詢中心、四個運輸署牌照事務處及 210 多個政府資助的長者地區中心、長者鄰舍中心和長者活動中心外，新增在 190 多個香港房屋委員會轄下屋邨辦事處及 20 個香港房屋協會轄下屋邨派發。

資料來源：<https://www.info.gov.hk/gia/general/202205/16/P2022051600219.htm>

8 長者生活津貼

3,915 元

社會福利署宣布，2022 年 9 月 1 日落實合併普通長者生活津貼和高額長者生活津貼的措施，合併措施實施後每月額外獲發 995 元。合併後的長者生活津貼採用現時普通津貼較寬鬆的資產上限，但按高額津貼的金額發放，每月入息限額維持不變。有關安排適用於廣東計劃和福建計劃。合併前正領取普通津貼的長者無須提交申請，9 月起會自動獲發較高額的津貼。新申領的合資格長者也將領取較高額的津貼。

合併普通及高額長者生活津貼詳情如下：

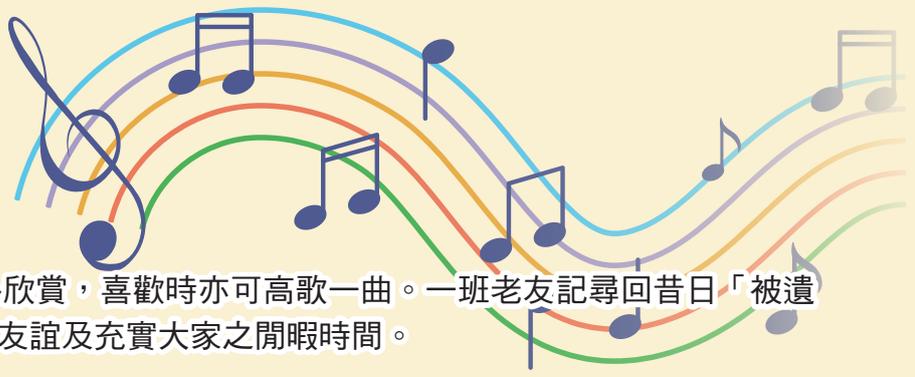


	普通長者生活津貼 (現時)	高額長者生活津貼 (現時)	長者生活津貼 (2022 年 9 月 1 日合併後)
每月金額	\$ 2,920	\$ 3,915	\$ 3,915
每月總入息	單身人士: \$ 10430 夫婦: \$ 15810		單身人士: \$ 10,430 夫婦: \$ 15,810
資產總值	單身人士: \$ 374,000 夫婦: \$ 568,000	單身人士: \$ 163,000 夫婦: \$ 247,000	單身人士: \$ 374,000 夫婦: \$ 568,000

查詢長者生活津貼可致電 3595 0130，查詢廣東計劃和福建計劃可致電 3105 3266。 3

資料來源：https://www.news.gov.hk/chi/2022/06/20220620/20220620_140636_228.html

小組活動花絮



齊歡唱卡拉 OK

主要播放懷舊金曲或粵曲，讓院友們細心欣賞，喜歡時亦可高歌一曲。一班老友記尋回昔日「被遺忘的時光」，與此同時也加強了彼此間的友誼及充實大家之間暇時間。



讚美操

院友透過參與讚美操運動，加強身體鍛鍊同時鼓勵院友多做運動，提升身體協調能力，延緩肌肉退化，達至身心健康。



動手畫一畫

透過一起動手畫畫，按照圖畫上對應的數字連線並上色，過程中提升院友們的專注力與認知能力，增加感官刺激。

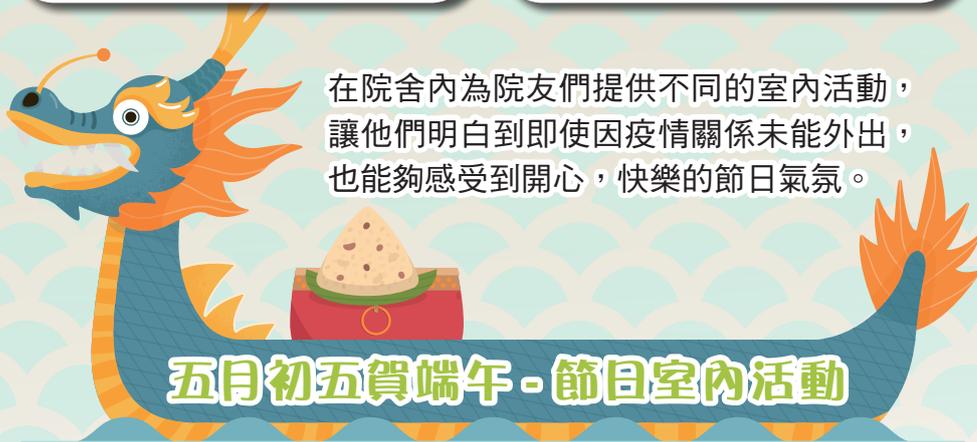


心靈雞湯

心靈雞湯小組針對疫情期間，為參加院友建立良好身體和心理質素，藉著互動元素，如盡訴心中情、開心頭腦靈活點擊、身心運動、手腳並用，透過製作或遊戲互動重拾組員信心、提升身心健康、建立個人興趣和運動，達致釋放負面情緒、心情舒暢。

端午節

又到一年一度五月初五端午節啦，本院廚師特意採用既合適長者，又有營養之粳米製作美味之糉子讓院友們品嚐，粳米較易消化，適合長者食用，大家都吃得津津有味。



在院舍內為院友們提供不同的室內活動，讓他們明白到即使因疫情關係未能外出，也能夠感受到開心，快樂的節日氣氛。

五月初五賀端午 - 節日室內活動



耆智樂繽紛 - 耆智室內活動



專題活動篇 ~ 正向心理工具箱

面對日常的事務，或是疫情的情況，你有沒有壓力呀？外界事情變幻莫測，我們可能無法改變，但我們可以保持樂觀心境去面對。以下向大家介紹「正向心理工具箱」，希望裏面的小工具能為大家提供一點正向鼓勵。

橡筋

彈性幫助
我們從壓
力及困難中
復元過來



顏色筆

不要只看到
非黑即白，
也要為生活
加添色彩



壓力球

永不放棄
的性格是
戰勝壓力的最佳工具



萬花筒

世界充滿各
樣美麗的事物
讓我們去欣賞



人生是一個故事，
視乎作者如何編寫
情節



鉛筆

擦膠

沒有人是不會犯錯的，
最重要是能改正



汽球

將過往自己
的犯錯及別人
的傷害一起
放走



撲克

無論性格
及家庭如何，
我們都可以
活得精彩



不要將自己的
困難及別人的
問題放大

放大鏡



紙夾

將所有快樂的經驗及
良朋益友牢記在心



骰子

生活中大
部分的事
情都不是
由我們控
制的



計時器

安排時間讓
腦袋休息，
為自己的憂
慮設時限



無論任何創傷，
我們最終都可
復元過來



彈球

間尺

以寬容的態度對待別
人，欣賞自己和別人的
優點



便利貼

定時提醒自
己性格的優
點及生活的
目標



工具箱

專科門診診所「疫苗通行證」安排

為加強醫院及公共醫療設施對 2019 冠狀病毒病的防疫屏障，保護使用公共醫療服務的市民大眾，特別是感染後患重症及死亡風險較高的長者及長期病患者，並進一步鼓勵市民接種新冠疫苗，政府公布由 2022 年 6 月 13 日起於醫院管理局（醫管局）轄下的專科門診診所以行政方式實施「疫苗通行證」安排。

進入專科門診診所前，服務使用者須符合「疫苗通行證」要求，或出示到訪前 48 小時內進行的聚合酶連鎖反應（PCR）核酸檢測陰性結果。訪客（包括服務使用者的照顧者）則必須符合「疫苗通行證」要求，不得以到訪前檢測作為替代安排。

「疫苗通行證」要求包括已接種所需劑量新冠疫苗、屬政府紀錄上的新冠康復人士、或獲醫生證明不適合接種疫苗，並持有相關疫苗接種紀錄（包括康復人士紀錄）或醫學豁免證明書。

如果未感染過 2019 冠狀病毒病人士，在進入專科門診診所時，如已接種第二針但未滿六個月，亦已符合「疫苗通行證」要求；相反，如果你在進入專科門診診所時，接種第二針後已滿六個月，便需接種第三針，才符合「疫苗通行證」要求。

如果已經感染過 2019 冠狀病毒病人士，而在進入專科門診診所時康復後未滿六個月則無論接種過新冠疫苗與否在現階段無需再接種，亦能符合「疫苗通行證」要求。

如果感染 2019 冠狀病毒病前已接種過一針疫苗人士，在進入專科門診診所前已康復滿六個月，便需要接種第二針，才符合「疫苗通行證」要求。

如果未能符合「疫苗通行證」要求的人士，可以出示到訪前 48 小時內採樣進行的聚合酶連鎖反應（PCR）核酸檢測陰性結果證明，以代替「疫苗通行證」要求，但不得以快速抗原測試代替。

資料來源：醫院管理局《專科門診診所「疫苗通行證」安排》

上期「有獎問答題」遊戲答案揭曉如下：

1. 2022-2023 年度活動主題計劃是心靈健康、快樂人生。
2. 預防虐老包括：身體虐待、精神虐待、侵吞財產、遺棄長者、性侵犯，還有疏忽照顧。
3. 院友對院舍整體服務表現，感到十分滿意及滿意的百分率 (%) 是 98.5%。

得獎的院友包括：李家寶、李婉儀、梁炳坤、沈懿芬、易梅芬、盧瑞珍、楊亞娣、鍾美儀、趙妹、李群英、關月顏、劉日枝、蔣東明、伍瑞冰、莊東好、何近蓮、袁深、吳少英、包芝仙、李彭年

有獎問答遊戲

* 請選擇正確的答案

1. 舉行火警演習的日期是？（請參閱第二頁）
(A) 7 月 8 日 (B) 7 月 9 日 (C) 7 月 10 日
2. 小組活動花絮介紹了那一個節日的活動？（請參閱第五頁）
(A) 農曆新年 (B) 端午節 (C) 聖誕節
3. 專題活動篇介紹的內容是？（請參閱第六頁）
(A) 心靈健康 (B) 健康人生 (C) 正向心理工具箱

若你知道答案請填妥答案紙後可透過傳真、郵寄、親臨交回本院或電郵至 tmsw@biznetvigator.com，參加者請填上姓名，如屬親友則另需填上院友之姓名。
截止日期：30-08-2022（以本院答案為準）

香港蘇浙滬同鄉會屯門安老院

屯門蝴蝶邨蝶心 樓二樓及三樓

出版人：香港蘇浙滬同鄉會屯門安老院
編輯組：王林定嬌副院長、吳詠珊姑娘
督 印：黃伯鴻院長

印刷品
(非賣品)