



**Helping
Hand**
伸手助人協會

We Care for the Elderly
愛心護老·助享耆年

竹園家書

2023年8月版



督
編
地

印：李炳球

輯：張嘉樂、何彥儀

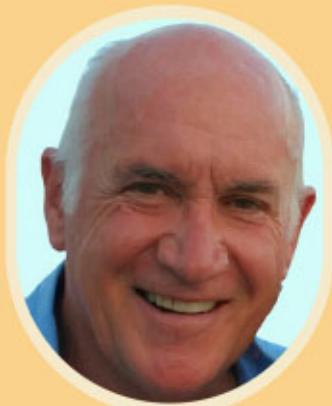
址：黃大仙竹園北邨松園樓二至三樓

電 話：2325 5738 傳 真：2329 3681

網 站：www.helpinghand.org.hk

郵 郵：chukyuen@helpinghand.org.hk

行政總裁的話



行政總裁 麥履善先生

大家好！我是Sandy Macalister，是伸手助人協會的新任行政總裁，大家亦可以我的中文名『麥履善』相稱。我在香港已生活了40多年，早已視香港為家，過去曾在政府部門及商界從事行政管理工作多年，近年亦加入非政府機構行列，積極為不同的社會有需要的人士服務。我一直是伸手助人協會的忠實崇拜者。早在1999年，我就一直支持協會的籌款工作，能夠加入協會大家庭並近距離與團隊成員合作是一種莫大的榮幸。

在我剛上任的這段短短日子裡，員工敬業和專業的精神與及他們善良的心，院舍內熱情的長者和他們鼓舞人心的經歷，都讓我留下了深刻的印象。我特別要感謝前任行政總裁黃炳財先生，他在協會服務了30多年，協助建立多所本地及肇慶的護老院，帶領團隊設立的行政管理系統及制度。他陪伴協會走過服務擴展、資助制度轉型及疫情等等艱難歲月，又時刻以身作則指導團隊關懷長者。他為協會奠下了穩固的服務基礎，貢獻良多。黃先生已於4月1日正式展開他的退休生活，我們衷心祝福他未來的生活更豐盛。

隨著疫情消退及社會復常，協會的服務亦將揭開新的一頁。協會位於樟木頭的長者度假中心已完成翻新及設施提升工程，今年初夏便可全面開放予大家使用，與此同時，協會正計劃翻新肇慶護老院的房間設施，而各院舍亦會逐步改善現時行政管理系統，引入樂齡科技，提升營運效率並改善服務質素。

今天，香港能成為一個非凡和美好的城市，全賴各位長者一生貢獻所致，能夠為大家服務，我感到非常興奮和感恩。我期待著與協會及團隊密切合作，共同寫下長者服務新一章。





香港與內地於二月六日起全面通關，包括開放全部口岸並不設每日人數安排及取消出行前核酸檢測要求。同時，本會之肇慶護老院亦重新接受香港長者申請試住及長住，過去兩個月已有數位香港長者獲安排入住，而香港的護老職員隊亦恢復到肇慶護老院提供服務及行政管理的支援。

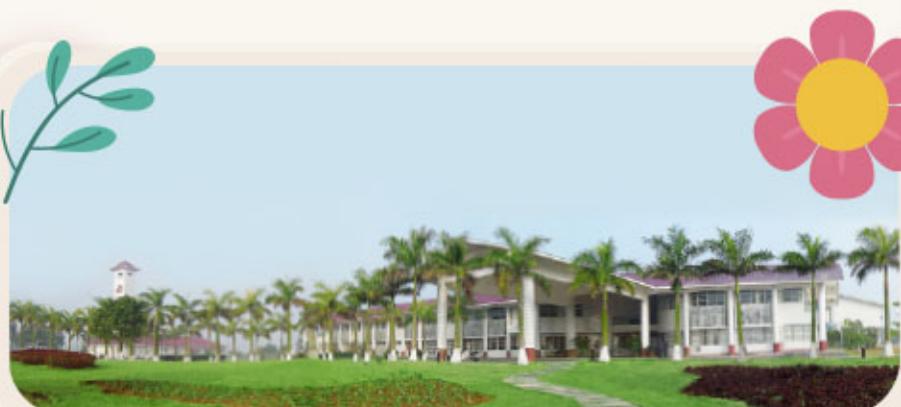
完成「香港安老院舍評審計劃」

肇慶護老院力求不斷改善服務及滿足服務使用者的需要，自2014年起每年均參加由老年學會認證的「香港安老院舍評審計劃」，疫情期間仍沒有間斷。香港老年學會已於2023年4月13日派出三位專業評審員到本會總辦事處與院舍作視像評審，評審員對院舍服務表示滿意。院舍期望持續提升服務質素，讓院友活得更豐盛充實，樂於院舍安享晚年。

設施改善工程

為配合長者對退休生活質素不斷提升的要求，肇慶護老院將為使用二十多年的院舍房間進行翻新及改善工程，以期長者能有更舒適的居住環境，目標於本年內完成。

有興趣了解肇慶院的服務，可掃瞄以上的QR Code。如欲申請試住、長住或其他查詢，請於辦公時間致電2522 4494與服務部聯絡



復常後的活動

隨著政府逐漸解除防疫限制，院舍的外出活動亦陸逐恢復。院舍分別於3月份及5月份舉辦不同類型的外出活動予院友自由參加。院舍有幸分別獲得偉成盒帶廠有限公司及港鐵義工隊贊助，讓院舍舉辦3年來首次電影欣賞會及旅行活動。

是次旅行院友乘搭昂坪360前往昂坪市集及寶蓮寺遊覽，更於寶蓮寺享用齋菜。院友們對是次外出活動感到高興及滿意並期望隨著社會復常，院舍可舉辦更多同類型活動。藉此院舍亦再次鳴謝港鐵義工隊在旅程中的協助，令活動得以順利舉行，期望下次亦能與港鐵義工隊再次合作，共同為院友締造美好的回憶。



新人新生活



譚秀輝

我平日喜歡煮食，閒時在院舍內亦會烹調不同的菜式與院友們分享。雖然我入住院舍時間尚短，但亦已與院友建立良好關係，閒時更一同出外游玩。我亦期望適應後可參與更多院舍生活，為院舍出一分力。



卓富英

入住院舍後十分開心，這裏有不同類型的活動參加，我已適應了院舍生活。我平日喜歡參與院舍舉辦的活動，如穴位運動班及竹園好聲音等。我期待接下來的院舍生活都一樣精彩。



賴雲嬌

我十分喜歡院舍的生活，特別可與其他院友一起打麻將及看電視，為每天的生活增加了不少樂趣，加上同房院友十分友善，令我每天都感到非常愉快。



馬香如

入住院舍一段日子後，亦慢慢認識了社區上不同的設施和康樂空間。現在我喜歡每天到鄰近的健體設施做運動。除此以外，我亦喜歡到社區中心認識區內的社區長者。入住後亦與同房院友成為朋友，閒時更一同到茶樓飲茶。



新人新禮

鄧惠英

平日我喜歡到社區中心參加不同類型的活動，例如和諧粉彩班。我亦喜歡到朋友家中作客，分享日常生活。院舍生活令我感到很舒服，希望將來可參加不同類型活動如旅行等。



馬容發

雖然入住院舍只有約半個月時間，但亦感受到同房院友的友善。平日我喜歡到西貢碼頭與朋友垂釣，釣魚後到附近酒家進行加工。「戰利品」亦特別鮮味，除此以外，我亦喜歡看足球比賽。我期望在院舍參與更多活動，融入院舍生活。



盧桂洪

儘管我剛入住不久，但我已習慣了院舍的生活。和同房院友亦建立了良好關係，亦會互相噓寒問暖，了解近況，平日我喜歡做伸展運動，讓身體維持一定的運動量。我現在亦開始探索一下院舍的活動，希望將來可多參加不同類型的活動。



梁美寶

平日我喜歡到社區中心做義工，亦喜歡協助帶領社區長者到博物館等地方參觀。除此以外，我亦喜歡製作小手工，特別是皮革類物品。我亦漸漸投入院舍生活，期望自己亦在院舍內參與更多義工活動，以豐富自己的生活。



黎順寬

我十分適應院舍的生活，我認為共住應互相遷就，令生活更和諧。平日我喜歡相約朋友聊天和飲茶，了解近況。希望將來有機會可與其他院友一同外出旅行，擴闊自己的社交網絡。

新人進階3



余月嬪

每天早上喜歡做運動，近日亦加入了院舍的穴位運動班，籍此亦認識了其他院友。除了做運動外，我閒時亦喜歡與朋友見面互相了解近況。



鄭麗蓮

我日常在院舍生活十分簡單，喜歡清潔和打掃房間。所以每天都會把房間整理至一塵不染。此外，我每天早上都會做一小時運動以保持強健體魄。希望自己可認識更多院友，擴闊社交圈子。



何玫瑰

平日早上習慣前往酒樓飲早茶，閒時亦喜歡煮食。由於我性格較文靜，平日只喜歡在院舍內聽歌，較少主動認識其他院友，希望將來有更多機會認識其他院友，擴闊自己的社交圈子。



丁武祥

閒時喜歡到茶樓飲茶，除飲茶外，我亦喜歡飲咖啡。我也喜歡看新聞，留意世界發生的事情。雖然剛入住院舍不久，但我亦十分期待院舍的生活，希望將來可參加不同的活動。

伸手助人協會竹園北邨賽馬會老人之家 活動花絮



奇曲賣真華



影六星



樂歡滾球



座講康健



地笪大YCY



愛心贈送堂善省



小組歡歡實心

溫謂姐孖



服務質素標準（標準）及準則



本院在管理及提供服務方面，根據「服務質素標準」確保服務符合福利服務單位應具備的質素水平，第1至8項項標準如下：

標準1 服務資料：

服務單位確保製備說明資料，清楚陳述其宗旨、目標和提供服務的形式，隨時讓公眾索閱。

標準2 檢討及修訂政策和程序：

服務單位備有機制以檢討及修訂其有關的政策和程序，且備有機制，以在檢討及修訂有關政策及程序的過程中適當地收集及採納服務使用者和職員的意見。

標準3 運作及活動紀錄：

服務單位存備其服務運作和活動的最新準確記錄。同時須讓市民閱覽有關其服務表現的定期統計資料和報告。

標準4 職務及責任：

所有職員、管理人員、管理委員會和/或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。職責說明及職務陳述均屬可供所有職員、服務使用者及其他關注人士閱覽的資料。也要備有組織架構圖，臚列其整體組織架構及問責關係。

標準5 人力資源：

服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。

標準6 計劃、評估及收集意見：

服務單位定期計劃、檢討及評估本身的表現，並制定有效的機制，讓服務使用者、職員及其他關注人士就服務單位的表現提出意見。

標準7 財政管理：

服務單位實施政策及程序以確保有效的財政管理。備有制訂及確認財政預算、管理財政資源及監察財政表現的政策及程序。

標準8 法律責任：

服務單位須遵守一切有關的法律責任，也要知悉所有監察其運作及服務提供的法例（包括衛生、安全方面的法例）。並備有監察程序以確保單位遵守有關的法例，及於需要時徵詢法律人士的意見。

手部健康操

十巧手-第六至第十巧



第六巧

左手掌緊握，右手掌面向左拳頭伸直，互相打擊 40次。



第七巧

右手掌緊握，左手掌面向右拳頭伸直，互相打擊 40次。

第六、七巧主要的經絡也是心經及心包絡經，主要穴位是勞宮，主治消除疲勞及提神。)



第八巧

右手掌心向上，左手掌心向下，以手背互相拍擊 40次。
(打擊到的是三焦經，主要穴位是陽池。主治調整內臟機能、預防及治療糖尿病。)



第九巧

第九巧 雙手大拇指、食指拉左右耳垂 40次。
(耳部的穴位很多，主治眼點、顏面及腦等部位的循環。)



第十巧

左右手掌心互相摩擦六圈至微熱，雙手掌心輕蓋雙眼，眼球左右轉動6 次，雙手再搓熱，輕蓋雙眼，眼球左右轉動6次，週而復始做4 次。(運用氣功的原理，調整眼睛的經氣。主治預防近視、老花及視力模糊。)

開心房間



訪問短片

院舍為60歲以上、有自理能力及住屋需要的長者提供155個宿位，每個單位由3至4名院友共住。院舍一直致力讓其發揮潛能，於群體生活中度過康盛耆年。不少院友亦在院舍生活中擴闊社交圈子，與同房院友建立猶如親人般的關係。是次「竹園家書」訪問了303號房的院友，讓他們分享一下院舍的生活。

雖然院友共住時間尚短，但已建立了像親人般的關係。閒時亦會相約對方到茶樓飲茶、看粵劇及打麻將。晚上更會一起玩桌上遊戲消磨時間，為房間增添了不少歡笑聲。院友間更會互相協助洗衣及買菜等，他們都認為同一屋簷下都應守望相助、遷就及一團和氣，令晚年生活活得更精彩。在訪問的過程中亦感受到院友間和諧及歡樂的氣氛。在此亦希望他們在院舍生活愉快為晚年生活增加快樂的回憶。



303號房院友：關楊偉蓮、歐雪瓊、梁渙鑾及賴雲嬌

院友委員會選舉

參與院舍事務可確保院友可在院舍事務上有直接發言權。故此，院舍一直設有院友委員會令院友可在影響他們的決定上有更大的自主權。院舍日前舉行兩年一度的院友委員會選舉，院友以一人一票形式選出12名院友委員，有關結果在月會上以唱票形式揭曉，有關結果如下：

1號	蘇玉嬋	2號	樊慧卿
3號	陳亞金	4號	何錦田
6號	梁偉鏘	7號	林楚吟
8號	張伍和	9號	袁滿初
10號	陸月華	11號	梁渙鑾
12號	關楊偉蓮	14號	羅柳燕



院舍在此感謝上屆委員為院舍的付出，並期望新一屆的委員合作愉快，一同為院舍締造美好的環境。



特別鳴謝

熱心人士捐款 (排名不分先後)

林秀琼 女士 陳紅玉 女士 林蓮好 女士 賴 金 女士 樊其森 先生

張多妹 女士

捐贈物資或服務 (排名不分先後)

梁健義 醫師 歐敏儀 醫師 郭治鴻 醫師 劉耀華 醫師 王麗萍 醫師

盧淑貞 醫師 殷家麗 醫師 施熙德 女士 莫蔡倩文 女士 張綺潔 女士

呂林志嫦 女士 馬玉清 女士 (委員楊太) 顏福貞 女士 梁玉書 先生

蘇文璐 女士 衛淑莊 女士 陳英 先生 蕭國雄 先生 孫玉珠 女士

何坤梅 女士 凌釗成 先生 鐵路人 鐵路心 循道衛理聯合教會主恩堂

智慧光慈善基金 衛生署外展隊 香港公益金 惜食堂 佛香講堂

鷹美(國際)控股有限公司 偉成盒帶廠有限公司 佛教青年協會 花太太

省善真堂社會服務有限公司 靚靚義工團 感恩歡樂義工隊 安徒生會

香港紀律部隊義工隊 樂餉社 姚加環暨施麗莉慈善基金有限公司

金杜律師行 Mrs Teresa Lo Mrs Johanna Arculli SHARE FOR GOOD

Anson Lo 國際後援會 (盧瀚霆) Losa Lam Giving Love Winnie Chan

捐款表格

本會長者能樂享豐盛晚年，實有賴你的關懷及支持。如欲捐款，請填妥並交回以下表格，謝謝。

我願意捐助

予本院舍之「院友活動基金」作為資助院友活動用途

予「伸手助人協會」作為營運經費，以照顧有需要的長者

HK\$100 HK\$200 HK\$500 HK\$1,000 其他金額HK\$_____

捐款者資料：

中文姓名：_____ (先生/太太/女士/小姐) 英文姓名：_____

公司名稱（如適用）：_____

聯絡電話：_____ 電郵：_____

通訊地址：_____

(捐款滿港幣一百元或以上，可獲發收據以向香港稅務局申請扣減稅項。)

捐款方法：

直接將現金交至本院 或

將捐款存入本會恒生銀行戶口號碼:262-346083-001(請將入數紙寄回本院) 或
將劃線支票寄至本院，抬頭請寫【伸手助人協會】或

以電子支付方式即時捐款：進入本會網站 www.helpinghand.org.hk
「即時捐助」，便可使用信用卡、PayPal或PayMe作即時捐款，謝謝!



即時捐助

*以上個人資料只供寄發收據、聯絡及鳴謝之用，如有查詢請致電(23255738)與本院聯絡。

院友家屬意見欄

歡迎院友和家屬為院舍服務提供寶貴意見，你的意見是我們服務改進的動力

請提供閣下的聯絡資料 姓名：_____ 電話：_____

填寫後可親身遞交或郵寄回本院，亦可透過以下途徑反映意見：

1. 致電 2325 5738 與職員交流意見；
2. 電郵至 chukyuen@helpinghand.org.hk
3. 傳真至 2329 3681

粽望所歸迎端午

端午

端午節屬中華民族的傳統節日，除紀念屈原外，亦代表著夏季送離五瘟神，驅除瘟疫的節日。隨社會日漸復常。院舍藉著是次端午暨生日會慶祝社會復常。是次生日會亦是院舍三年來首次於酒樓舉辦，院友們對生日會感到興奮，並其望下次可繼續在外舉行生日會。除於酒樓舉行午宴外，生日會亦在院舍內進行小遊戲及大抽獎，與院友渡過愉快的一天。

