



社會福利署資助服務
Subsidised Service by the Social Welfare Department



禮賢會社會服務部



中華基督教禮賢會香港區會
禮賢會葵盛東護理安老院



院長的話

葵東一家 葵東夏日樂共融

第77期
2025年7至9月

各位院友、家屬及同工

禮賢會社會服務部於2023年聯繫區會轄下中學及堂會，首次推行「職航工作體驗計劃」，為年青學員提供職場實習機會，擴闊他們的視野，為將來的職涯規劃作好準備。今年度繼續推行「職航工作體驗計劃3.0-我職涯升級 CAREER LEVELING」，年青學員均來自區會不同中學及堂會，安排到本會社會服務部轄下的服務單位進行實習。

今個暑假，有來自禮賢會彭學高紀念中學的兩位中四同學來到葵東院，體驗真實的職場環境，認識安老院服務的工作。同學們從觀摩，到親身實踐參與，除開拓了對安老院舍工作的認識之外，亦增長了長青跨代認識的機會，吸取服務長者的經驗，為自己職涯規劃帶來寶貴參考。

梁詠儀 院長

因為你們立志行事都是上帝在你們心裏面運行，為要成就他的美意。

(腓立比書2:13)



1. 院舍維修情況：

房署相關工程

- 6月至7月期間，A3房、B飯堂及B廳發現牆身滲水，已通知物業管理公司安排維修。
- 7月下旬A區走廊鋁窗鎖損壞，已通知物業管理公司安排維修
- 盛富樓消防系統更換，8月中旬開始會在院舍更換線路及其他消防裝置。

院舍維修

- C區若干位置出現油漆剝落，院舍將安排進行修工作，期間個別房間的院友有需要離開房間，以便進行工程。

2. 車務事宜：

為更能集中善用資源，院車服務將於2025年10月2日開始作出以下變動：

- 院車服務點不包括「香港眼科醫院」及「油麻地社會衛生科診所」。
- 如有相關需要的院友，可轉介至院車服務範圍內的醫院進行診治。

- 院車服務時間修訂為：上午：8:45AM - 12PM

下午：1:15PM - 4:15PM

上午回程逾12PM，須配合下午覆診去程車程後，再安排接回院友；

下午回程逾4:15PM，須自行安排交通返回院舍。

3. 其他院務事宜：

- 7月28日聘請滅蟲公司完成定期滅蟲工作

醫護通訊

本院今年都會參加2025 - 26年度季節性流感疫苗接種計劃，同樣會安排到診醫生為院友接種，預計於年底前進行，費用全免。

衛生署今年會提供2款流感疫苗為院友接種，包括：重組流感疫苗及滅活流感疫苗。現有研究數據顯示，重組流感疫苗可能比標準劑量的滅活流感疫苗對長者更有效，所以衛生署建議居於院舍的長者應優先選擇接種或能為長者提供較佳保護的重組流感疫苗。本院將安排由到診醫生為院友進行評估是否合適接種重組流感疫苗，如不合適則再由醫生評估是否合適接種滅活流感疫苗。

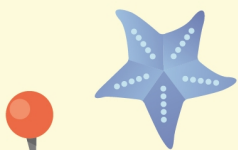
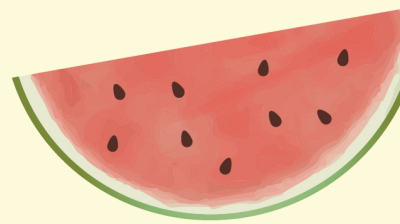
重組流感疫苗的副作用：

- ★ 接種部位可能出現痛楚、紅腫
- ★ 部分人士可能出現發燒、發冷、肌肉疼痛，以及疲倦等
- ★ 副作用通常是輕微且短暫的

社福資訊

職航工作體驗計劃

為了讓學生體驗真實的職場環境，探索個人潛能，並規劃未來的職涯方向。本院於2025年8月上旬，為兩位中四學生提供寶貴的實習機會。在這段時間，我們為兩位同學安排了多元化的體驗，讓同學認識院舍的實際運作及各部門、各職系的工作性質。實習完結後，兩位學生均表示獲益良多。在此祝願兩位學生能發掘到自己的可能性，好好規劃未來的人生方向。



賢樂葵東賀端陽 (23/5/2025)

葵東院在年初的新春活動後，再次與禮賢會萬隸甫夫人長者鄰舍中心攜手合作，與院友們喜迎端午。

活動中，院友們參與了有趣的問答遊戲，加深對端午節的了解，亦進行了疊波遊戲，提升手眼協調能力。最後，粵曲班的成員們壓軸為大家獻上耳熟能詳的粵曲，為活動畫上圓滿的句號。

衷心感謝每一位萬隸甫粵曲班的成員及同事的努力，讓院友們感受到節慶的喜悅。



4-6月生日會 (13/6/2025)

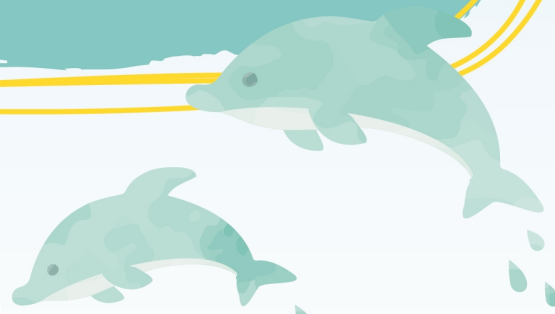
今年4至6月份生日會共30位院友參加。活動中院友與義工們一同玩遊戲、吃生日蛋糕，義工獻唱多首懷舊歌曲，為現場增添歡樂慶祝氣氛。梁院長及兩位護理主任亦到場送贈祝福包給一眾院友，祝福院友們生日快樂、身體健康。



義工嘉許禮 (28/6/2025)

本年度禮賢會社會服務部第16屆義工嘉許禮，主題為「愛己及人」。活動在禮賢會彭學高紀念中學舉行，旨在讚揚和嘉許在各服務單位持續努力的義工們。

院舍共8位院友義工和2位外界義工出席領取金、銀、銅及最高時數義工服務獎。此次活動讓各位義工們聚首一堂，充分肯定了他們對各服務單位的貢獻。



夏日禮賢鬆一鬆 (12/7/2025)

亞洲港口聯運有限公司一直熱心公益，自2005年以來，除了贊助本院活動，旗下員工更組成「陽光義工隊」，身體力行為本院長者服務。本年度院舍再度與其攜手合作，於7月舉行「夏日禮賢鬆一鬆」活動，當日32位院友到智樂園品嚐美味薯蓉，玩拋膠圈、傳波波等遊戲及抽獎，促進院友間的認識互動。



夏威夷小結他同樂日 (13/8/2025)

2025年8月13日(三)光愛中心義工隊帶了「夏威夷小結他」來本院，與院友們一起高唱大家耳熟能詳的歌曲，院友們邊欣賞義工悅耳的獻唱，邊用不同的樂器伴奏，十分投入。及後義工們逐一教授院友學習彈奏「夏威夷小結他」，大家都變成音樂家。活動在一片愉快的歌聲和歡笑聲中完滿結束。



在香港，生活中的壓力無處不在。年輕人要面對學習的負擔，中年人則需承擔家庭的責任。即使在退休後，隨著年齡的增長，身體衰退，依然可能感受到壓力和失落，影響自我價值。面對這些負面情緒及壓力時，如何有效地放鬆成為了一個重要的課題，而「心流」正是一種可行的方式。

日常活動與心流體驗

許多人把日常活動看作是「消磨時間」，但這些活動實際上與正向心理學中的「心流體驗」有著密切的關聯。「心流體驗」是指在從事一項難度與個人能力相契合的活動時，能夠全情投入並感受到強烈的滿足感和快樂。

心流體驗會使我們非常專注於眼前的任務，把雜念、煩惱和負面情緒拋諸腦後，完成任務後並會有時光飛逝的感覺。研究顯示，透過心流感受到的滿足感能有效提升生活的滿意度，並促進愉悅的情感，從而減少困擾和其他負面情緒。

日常生活中的許多活動，如運動、跳舞，甚至烹飪和手工藝，只要挑戰與技能相符，幾乎任何事物都能使人進入心流的境地。

如何更容易進入心流狀態

要點在於選擇適合的活動。如果想了解某項活動是否能促進心流體驗，可以考慮以下幾個標準：

1. 這項活動是你喜歡的。
2. 你對該活動有一定的理解，並具備執行的能力。
3. 活動應具備適當的挑戰性，難度大約超過你當前能力的10%。
4. 從事該活動時，你能夠感受到滿足感。

透過這些方法，我們能夠更輕鬆地進入心流狀態，提升生活的品質，並在繁忙的生活中尋找幸福的瞬間。

福音事工分享

涼快

夏天的天氣雖然悶熱，但同時也能看到各種果樹結滿了消暑解渴的美味果實，讓人心情愉悅。若能即時採摘，當場品嚐，無疑是一種幸福的享受。

聖經加拉太書5章22-23節提到聖靈的果子，就是仁愛、喜樂、和平、忍耐、恩慈、良善、信實、溫柔和節制。在盛夏，靈命也應該保持散發這些生命的特質，讓自己和他人如置身在清泉中，感受到身心暢快喜樂滿足。

每當有機會從沙田搭巴士到葵盛東或西，我總喜歡欣賞城門隧道其中一段車程的風景，在整條隧道中間露天位置有一條美麗的瀑布，在夏天坐著冷氣巴士由窗外觀看，山澗的流水自上而下，仿佛讓我感受到清涼的山水輕拂，心靈同時被洗滌。

在炎炎夏日中，雖然容易感到煩躁和疲倦，但只要我們專注於美好的事物和善行，就能帶來一絲清涼。當然，實際的行動更能增添樂趣，例如：品嚐消暑的西瓜、喝下老黃瓜去濕湯、享受海帶綠豆沙，或是觀看山川河流溪澗影片等等，確實令人忘卻炎夏的熱感。

送給大家一段聖經，記載在詩篇23篇2-3節「祂使我躺臥在青草地上，領我在可安歇的水邊。祂使我的靈魂甦醒，為自己的名引導我走義路。」神領您到蔭涼處，祂賜福給您，使您有力量。

鍾紫嫻牧師

葵東動向

以下院友於6/2025至7/2025入宿，歡迎你們來到葵東大家庭。

陳月英 林少英 梁世和 王健心 黃亞女

以下同事先後於 5/2025-7/2025到職，歡迎你們的加入。



登記護士
霍邵雯



社工
鄭禮明



司機
鄭振傑



工友
吳佩湘



廚師
馬震文

服務質素標準 (SQS) 你要知



根據社會福利署要求，在管理及提供服務方面，「服務質素標準」訂明了福利服務單位應具備的質素水平。現時共有十六項「服務質素標準」，每項「服務質素標準」均有一套「準則」及「評估指標」說明。當中標準九至十二內容如下：

標準(九) 安全環境

服務單位採取一切合理步驟，以確保職員和服務使用者處身於安全的環境。

標準(十) 申請和退出服務

服務單位確保服務使用者獲得清楚明確的資料，知道如何申請和退出服務。

標準(十一) 評估服務使用者的需要

服務單位運用有計劃的方法以評估和滿足服務使用者的需要。

標準(十二) 知情選擇

服務單位盡量尊重服務使用者知情下作出服務選擇的權利。



中華基督教禮賢會香港區會
禮賢會葵盛東護理安老院

新界葵盛東邨盛樂樓及盛富樓地下及一樓

辦公室電話：2439 6644

院友電話：2439 6655

傳真：2406 1380

電郵：info.kse@ssd.rhenish.org

網址：<http://www.ssd.rhenish.org>

出版時期：2025年9月，第七十七期

本期刊印：250份

督印：院長 梁詠儀姑娘

編輯小組：葉清雅姑娘、鄭禮明姑娘

楊潔貞姑娘、楊百濤先生