

香港中華基督教青年會
必愛之家庇護工場及宿舍

必愛通訊

----- 2016 年 07 月至 2016 年 09 月 -----

地址：上環必列者士街 51 號 電話：2857 6769（工場） / 2803 7715（宿舍）

傳真：2517 3754（工場） / 2549 8510（宿舍）

電郵：lovework@ymca.org.hk（工場） / lovehost@ymca.org.hk（宿舍）

網址：<http://www.ymca.org.hk>



職員動態：

最近宿舍多了四位新臉孔，他們就是助理程序幹事繆詠如姑娘、個人照顧工作人員魏燕嫻姑娘、院舍服務員鄧秀群女士及庶務員呂琮笑女士加入我們的大家庭。

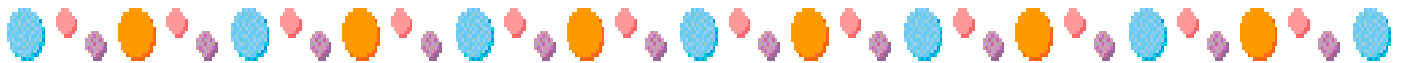
GoodLife 

活動花絮：

六月十七日,工場舉辦了本年度首季工友大會,當日的主題內容有保護自己;免受侵犯。還有工場導師主講的職業安全講座;提示學員工作時注意安全守則。而註冊護士許生則提醒學員夏天來臨;需要戶外工作的學員;要特別留意酷熱天氣情況,戶外工作時要適當補充水份及帶防晒用品。



工場工友大會



25/6(六) 公理堂義工帶領 21 位舍友參觀科學館及酒樓午膳,各舍友由義工帶領下講解各樓層展區,並嘗試使用各項設施,寓耍樂於學習,表現興奮雀躍。



公理堂旅行：科學館



服務質素標準 (SQS) 介紹：

為確保公眾獲得優質的社會福利服務，貫徹「以客為本」的精神及加強福利服務的問責性，社會福利署和受資助機構由一九九九年起，逐步推行服務表現監察制度，細節包括：“津貼及服務協議”(FSA)、“服務質素標準”(SQS)及“服務表現評估”(SPMS)。

當中的服務質素標準(SQS)包含 16 項，上期本刊為大家簡介了其中第四至第六項，今期繼續為大家介紹第七至第九項標準內容：

標準七

服務單位須有效地管理財政。包括詳細紀錄單位之各項收支細目；向董事會、管理委員會、社會福利署提供財務現況報告；維持財政之正常運作及管理；使行政管理及會計程序達至標準化；建立本會良好的公眾形象。



標準八

服務單位受到法律條例及專業操守所規限，尤須恪遵以下章則，以確保單位及服務使用者均受到法律的保障。

機構層面：員工道德操守指引、員工手冊、社會工作者工作守則；

單位層面：知識產權條例、性別歧視條例、年齡歧視條例、反貪污條例等。



標準九

服務單位須確保服務使用者、職員及訪客在單位內得以處身於安全的環境；確定職員明瞭並遵守安全工作守則；指導職員和服務使用者如何應付緊急事故。

※ 各標準之政策及程序文件歡迎借閱，若有需要可向單位職員查詢。



夏日炎炎 慎防中暑



什麼是中暑？

人在酷熱的環境裡體溫上升，身體機能便會自動調節來降溫，例如增加排汗和呼吸次數；可是，當環境溫度效控制體溫時，便會出現熱衰竭甚至中暑等情況。

熱衰竭的徵狀包括頭暈、頭痛、噁心、氣促及神志不清等。當體溫升至攝氏四十一度或以上時，患者更會出現全身痙攣或昏迷等現象，稱為中暑。若不及時替患者降溫及急救，便會有生命危險。

誰人較易中暑？

1. 過胖人士
2. 患病者包括心臟病及高血壓
3. 長者
4. 小童



預防措施

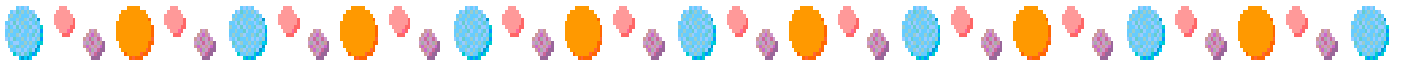
經常留意天文台發出的天氣警告，並採取以下措施：

1. 穿著淺色、不束身和通爽的衣服，以減少身體吸熱，並方便排汗及散熱。
2. 帶備並補充足夠水分，以防脫水。
3. 避免喝含咖啡因（例如：茶或咖啡）或酒精的飲品，因這些飲品會加速身體水分透過泌尿系統流失。
4. 不應在酷熱天氣下作長程的登山或遠足等活動，因高溫、出汗和疲勞都會額外消耗體力。
5. 最好安排在早上或下午較後的時間進行戶外活動。
6. 在室內活動時，應盡量打開窗戶及以風扇或空氣調節系統保持室內通爽涼快，避免在潮濕悶熱的環境下進行劇烈運動。
7. 調整工作安排，在較涼快的時段工作。如必須在炎熱環境下工作，儘可能在工作地點加設遮蔭，配以循序漸進的工作速度，並於適當



8. 不應留在停泊的汽車內。
9. 進行活動時若感不適，應立刻停止，並儘快求診。

資料來源：衛生署中央健康教育組網頁



消暑開胃食譜

來到七月中，悶熱的天氣或會影響大家的正常食慾，對香辣煎炸類食物頓時興趣大減，轉而希望多吃一些口味清新、蘊含較多水份的消暑開胃美食。今期為大家介紹一味酸甜開胃、清新健康的夏日菜式，名為「芝士雜菌焗蕃茄」。

芝士雜菌焗蕃茄

材料（一人用）

蕃茄：兩個 雜菌：少量
沙律醬：3 / 4 碗 素帶子：數片
雞蛋黃：一個 素海參：數片
芝士絲：半碗 素蝦：數隻



製法：

1. 將蕃茄置於熱水中泡浸三分鐘，然後過凍水。
2. 以小刀去除蕃茄頂部，再為整個蕃茄去皮。
3. 舀出蕃茄內部，只保留約半吋厚的蕃茄殼。
4. 以雞蛋黃混合沙律醬，再與各式素料和雜菌拌勻。
5. 將已拌勻的素食材料放進蕃茄殼內。
6. 於蕃茄面灑上芝士絲。
7. 將蕃茄放進焗爐或微波爐，以慢火焗 10 分鐘即成。



資料來源：長者安居協會網頁

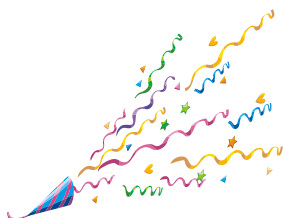
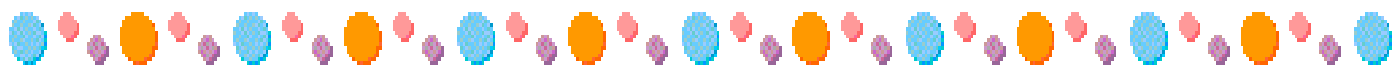
護士與你專欄：

必愛之家宿舍已推行 7 天備藥系統。

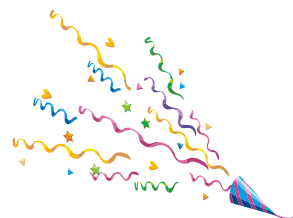
簡單來說，是將未來 7 天的藥物執好，並放在一個可以密封的藥物包裝內。

推行後，我們有以下發現：

1. 更有效率地處理執藥及核藥程序。對比以往每日執藥及核藥，減省大約 60% 處理時間。
2. 同工有效將減省的時間投放於更全面的護理工作，以提昇護理服務的質素。
3. 提昇安全性：因藥版包裝上可以清晰標示舍友姓名、服藥時段、藥物粒數資料；以便同工於派藥時能即時核對資料，提昇派藥的安全性。






閃閃壽星



- 七月份： (工場) 林婉芳、葉泳娥、關志華、馬曦明、
 (宿舍) 何文儀、黃昭鑛、黃玉芸、李鎮強
- 八月份： (工場) 胡朗婷、馮艷紅、李羨權、程潔雯、冼惠玲、
 何家樂、黃淑華、高鳳琮、林麗珊、劉炳城、
 (宿舍) 李志勇、梁潔貞、劉啟東、陳永強
- 九月份： (工場) 唐友志、武穗婷、雷常歡、鍾美仙、陳佳泉、
 張國華、張浩源、冼星華、黃宗發、李以德、
 卓行之、張雪芬、蔡一港、李健信、方天祐、
 徐泳賢、傅麗珠、鄺美雲
 (宿舍) 冼志輝

節目預告：

| | |
|---|--|
| <p>活動名稱：福音小組 2 日期：12/7/2016 - 27/9/2016 (隔週二) 時間：晚上 7:30-8:30 地點：必列者士街公理堂 對象：福音小組成員 內容：遊戲、福音電影、詩歌、手工藝及讚美操等 費用：免費 負責同工：譚 SIR</p> |  <p>活動名稱：健康生活 3 - 禮品包裝小組 日期：7/7/2016 - 25/8/2016 (四) 時間：晚上 7:30-8:30 地點：必愛之家飯堂 對象：舍友 內容：介紹禮品及花紙應用、學習禮品不同包法 費用：\$20 負責同工：繆姑娘</p> |
| <p>活動名稱：康文署日營 日期：24/9/2016 (六) 時間：上午 9:00-下午 4:30 地點：西貢戶外康樂中心 對象：工友及舍友 內容：參與營內活動 費用：\$30(午膳費用) 負責同工：劉姑娘(宿舍)郭姑娘(工場)</p> | <p>活動名稱：健康生活 1 - 愛自己小組 日期：5/7/2016 - 15/8/2016 (一) 時間：晚上 6:30-7:15 地點：必愛之家飯堂 對象：舍友 內容：1. 短講 2. 角色扮演 3. 組員分享 費用：\$20 負責同工：劉姑娘</p> |
| <p>活動名稱：童軍 2 日期：7/2016 - 10/2016 (隔週六) 時間：上午 9:30-11:00 地點：必愛之家飯堂 對象：工友及舍友 內容：隊型訓練、幼童軍活動徽章訓練 費用：\$30 負責同工：繆姑娘</p> |  <p>活動名稱：健康生活 8 - FIT - FIT 日期：18/7/2016 - 22/8/2016 (一) 時間：晚上 7:00-8:30 地點：必愛之家飯堂 對象：舍友 內容：教導不同運動：1. 聖靈果子操 2. 毛巾操 費用：\$20 負責同工：陳姑娘</p> |
| <p>活動名稱：必愛精武之家 日期：7/2016 - 9/2016 (一) 時間：晚上 7:00-8:30 地點：必愛之家飯堂 對象：舍友 內容：龍形拳術及兵器訓練 費用：免費 負責同工：譚 SIR</p> |  <p>活動名稱：生日會 日期：30/9/2016 (五) 時間：中午 12:30-12:45 地點：本工場飯堂 對象：7-9 月份生日工友 內容：唱生日歌及品嚐蛋糕 費用：免費 負責同工：郭姑娘</p> |

意見欄

如你對宿舍及工場的政策、服務質素標準、住宿及工作訓練、小組活動的內容、或是對宿舍、工場職員的各種意見等，必愛之家庇護工場及宿舍都歡迎各位工友、舍友、家長及監護人提供您們的寶貴意見！

各位可透過以下表格，填妥後交回宿舍及工場便可。或於辦公時間內（星期一至五，上午9時至下午5時）致電或親臨本宿舍工場，我們必定細心聆聽。

讚賞/建議/其他意見

多謝你的意見

姓名：_____

電話：_____

日期：_____



督 印：黃美蘭主任

編 輯：郭秀芳、陳麗琮

編輯小組：劉翠娟、陳國強、譚宏州、繆詠如

出版日期：2016年7月

印刷數量：170份

如對本刊有任何意見，歡迎賜教。