



出版日期：2023年1月

印刷數量：80份

2023年1月號



院 舍 動 態

1. 截至2022年12月31日，安老部院友3人、護理部院友72人、暫託院友1人，合共76人。
2. 歡迎2022年10月至12月新入住院友：嚴麗嫦婆婆、鍾晉基伯伯、謝秋蘭婆婆、黃翠連婆婆。
3. 火警演習已於12月21日順利完成。
4. 除科興疫苗外，院友現可選擇接種復必泰二價疫苗。如有任何查詢，歡迎與本院聯絡。



預防服務使用者免受侵犯的措施

- 透過工作指引及同工訓練，加強同工對預防及處理侵犯的意識及警覺性。
- 透過「院友大會」、「天平速遞」或張貼告示等形式，讓院友知悉正確待人態度、社交技巧、應互相尊重及平等交往，明白其免受侵犯之權利，令其知悉應有之責任，及當被侵犯時申訴政策、程序及求助之權利。
- 張貼「長者受到員工虐待的舉報/投訴途徑」告示，讓院友及家屬得悉舉報/投訴渠道。
- 本院備有護理工作指引，提醒職員為院友提供任何服務時(尤其個人護理服務)要避免院友受到侵犯。
- 為確保陌生人不得隨意進出院舍範圍，如為訪客，必須先登記有關資料後才可進入；以保障院友安全。

院舍生活知多 D

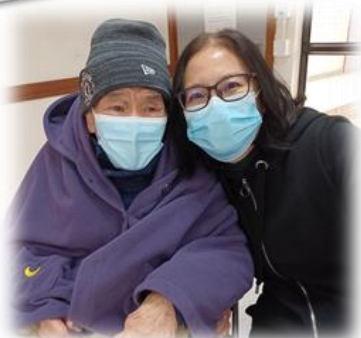
天平團契



快樂椅子舞



2022.12.29 樂在耆中
(烏溪沙青年新村)



特別活動介紹

「談天說地話兔年」

日期：2023年1月30日至3月13日
(逢星期一)

時間：上午10:00至11:00

地點：飯堂

內容：透過兔仔的特徵，融入組員中作對比，讓他們分享自己的限制和退化；鼓勵組員用正面、積極思想和方法，勇敢地面對。

費用：\$50 查詢：余姑娘

「嘻嘻哈哈迎兔年」

日期：2023年1月18日至
3月15日(星期三)

時間：上午10:00至11:00

地點：飯堂

內容：藉著兔年的來臨，凝聚一班男性組員，配合不同的迎春活動，強化組員對「過年」的認知和投入感。

對象：男性院友

費用：\$50 查詢：余姑娘

「畫出心中情4」

日期：2023年1月13日至
3月10日(逢星期五)

時間：上午10:00至11:00

地點：飯堂

內容：培養組員畫水墨畫的興趣，是季與組員繼續製作2023年掛曆，並送贈家人，增強其能力感。

費用：\$50 查詢：余姑娘

「送虎迎兔慶團年」

日期：2023年1月18日(星期三)

時間：下午2:30至3:30

地點：青頤地

內容：舞獅、唱賀年歌、新春遊戲、禮物送贈等……

費用：全免 查詢：黃姑娘、余姑娘

「天平團契4」

日期：2023年1月16日至
3月13日(逢星期一)

時間：下午2:30至3:30

地點：飯堂

內容：唱詩、聖經故事、金句分享及祈禱

費用：\$20 查詢：余姑娘

「冬季生日會」

日期：2022年2月(確實日期待定)

時間：上午11:30至下午1:00

地點：飯堂

內容：與1月至3月生日的院友慶祝、享用壽宴、拍照留念及生日禮物派發。

費用：\$110 查詢：黃姑娘

「天平茶聊」

日期：2023年1月17日至
3月21日(逢星期二)

時間：上午10:15至11:15

地點：飯堂

內容：以茶聚形式分享日常生活及介紹不同資訊等

費用：\$50 查詢：黃姑娘



MERRY CHRISTMAS
and Happy New Year

小組分享篇

「我的名字. 我的故事」

除了「身體」外，伴隨著我們成長的還有「我們的名字」。

工作人員於10月至12月，與10位組員一起進行了「我的名字. 我的故事」小組。



小組開始前，工作人員會協助組員掛上「人名牌」，工作人員也掛上，代表小組的象徵，增加小組的凝聚力和組員的投入感。

小組初期，工作人員講述各人名字的意思，組員用心聆聽；其後工作人員透過問卷，分別是：「我的鄉下是……」、「我的名字有甚麼意思？」、「我喜歡自己的名字（1至10分，10分為最高）」、「我喜歡別人怎樣稱呼自己」及「我喜歡自己的名字，因為……」等，增加組員對自己名字的認知和反思，也能增加彼此認識。

由於每個名字均可能有若干個不同的意思，所以工作人員個別約每一位組員，鼓勵組員在不同的意思裏，選取他們最喜愛的意思。

在小組內，給自己的名字打分(結果最高有10分，最低也有3分)！

小組後期，工作人員與組員一起設計獨一無二、色彩繽紛的名牌，在設計的過程中，工作人員均感受到組員很開心和有被重視的感覺。

每位組員均有其精彩的故事。工作人員感謝他們能真摯、開放地分享自己的故事。組員們亦同意把作品和故事張貼在院舍和印製「天平速遞」。



以下是其中四位組員的故事簡述分享：❤️

1. 鄧楚萍婆婆：「我原名似「丫鬟」，三十多歲時，自己更改了名字。」
2. 蕭漢枝婆婆：「我有一個家姐，爸爸想下一胎是仔，所以幫我改一個寓意下一胎是仔的名字，結果我有3個弟弟。」
3. 葉洋順婆婆：「我個名是媽媽改的，因爸爸是「行船」，長期在海洋工作，名字的意思是「在海洋中順順利利」。
4. 杜靜好婆婆：「我個名是大媽改的，所以我特別錫她。」

工作人員很感激組員的真摯分享，很感動呀！我相信每個人是獨特和珍貴的。在12月初工作人員發現有一連所餐廳有「你的名字.你的故事」計劃，工作人員感到莫名興奮。是的，每個名字，是一個身份、一個認同、一個故事。

「感謝大家真摯的分享！」

10個名字，10個故事



「細味人生下半場」小組分享



下半場，開波啦！



上半場捱過了，下半場也難不到我啦！

有院友表示：「我喜歡辣呀！」、「我就喜歡甜！」、「我喜歡甘！」
「我最喜歡還是甘！」…… 人生的下半場，你又細味到那些味道呢？

工作人員讓組員透過：酸、甜、苦、辣、甘和香 6 種味道，表達自己人生下半場的感受。

10 月至 12 月份，工作人員招募 10 位男性組員，召開「細味人生下半場」小組。工作人員與組員分享壺色園的「愛生命.長者有明天」5 位不同主角的一生，並透過「6 種味道」讓組員「配對」他們的經歷。與此同時，工作人員請組員回憶「上半場」解決問題的經驗，如何應用此刻「下半場」所面對的困難上，鼓勵組員積極及正面地面對自己的「下半場」。

6 種味道當中，有些會較多人喜歡、有些則較少人喜歡，寓意下半場有不同經歷，要順其自然。

當中組員會表示：「天跌落黎當被𦨭」、「船到橋頭自然直」、「順其自然，隨遇而安」等。

祝願新的一年，大家能積極正面地「細味人生下半場」。

（參考壺色園「愛生命.長者有明天」）

讓我們好好「細味人生下半場」!!!



我準備好喇！
接波啦！





熱烈祝賀下列生日的院友**福如東海，壽比南山！**

生日名單

一月

余璧梨	張國安
梁 毫	張敬都
何觀英	曾婉莖

二月

談芝恩	林秀英
黃 荷	羅錦燦
李 生	

三月

杜靜好	侯 妹
黃丁興	張 伙



為持續提昇院舍服務質素，我們需要你的意見。

如對本院的服務政策及措施有任何意見，歡迎透過以下方法與我們聯絡：

1. 致電：26733781
2. 傳真：26680246
3. 電郵：tphost@ymca.org.hk
4. 書面：郵寄至本院，地址：香港新界上水天平邨天明樓2樓



香港中華基督教青年會

天平頤康之家

地址：香港新界上水天平邨天明樓2樓

電話：2673 3781 傳真：2668 0246

電郵：tphost@ymca.org.hk 網址：www.ymca.org.hk

編輯小組：郭翠華、黃竹苑、陳詠儀

督印人：陳敏英主任