



活动简讯



在这繁花绽放的日子里,
祝各位女神节快乐



三月
春意浓浓
繁花绽放

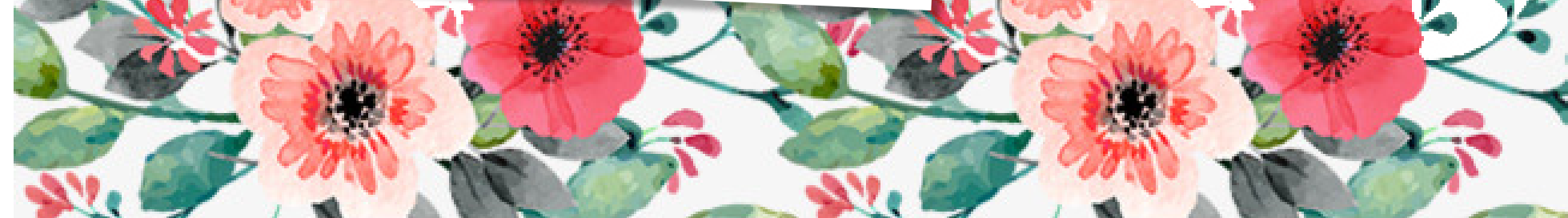
二十岁的女人像莲花, 娇艳欲滴
三十岁的女人像玫瑰, 芬芳迷人
四十岁的女人像牡丹, 雍容华贵
五十岁的女人像兰花, 从容淡雅
六十岁的女人像棉花, 温暖平和
七十岁的女人像梅花, 沁人心脾
八十岁的女人像松柏, 坚韧顽强



在妇女节到来之际, 为表达中心对女性长者会员的尊敬和关怀, 中心开展“至美玫瑰, 献给可爱的你”三八妇女节活动, 吸引了将近百名女性会员参加, 现场人声鼎沸, 欢笑不断。

3月8日上午8:00, 本次三八妇女节活动在二楼服务大厅正式拉开帷幕, 社工姑娘热情地给每一位到来的女性会员送上一朵喜庆的毛巾玫瑰花, 那一句简单的“节日快乐”很是温暖到了每一位女性会员的心中。在浓浓节日氛围里, 喜悦不知不觉爬上了每位女性会员的脸上, 大家纷纷表示: “好漂亮的花啊!” “好实用的礼物!” “谢谢中心这么关心我们!”

妇女节到, 给可爱的你送出最美的祝福,
愿你妇女节快乐, 欢乐如花!



服务数据统计

一、会员服务

截止2018年3月31日, 注册会员1410人, 3月新增会员21人, 其中政府资助576人、自费181人、累计退会653人, 服务主要辐射到新白沙街道, 以下是3月的服务数据:

| 活动类型 | 活动名称 | 开展次/个数 | 服务人次 |
|-----------------------|--------------------|--------|--------|
| 偶到服务 | 协助长者办理会员 | | |
| | 接受会员咨询, 解答困惑 | 27天 | 约410 |
| | 协助长者年审五邑通·长者卡及社保查询 | | |
| 常规性康乐服务 | 功能室常规活动 | 27天 | 4535 |
| “勿忘我”社区关怀服务 | 元宵喜乐会 | 1个 | 89 |
| | 至美玫瑰, 献给可爱的你 | 1个 | 105 |
| | 3月会员月会 | 1个 | 46 |
| 长者义工发展计划 | 长者导师第三讲 | 1个 | 33 |
| 长者学苑积分奖励计划(小组、学习班、讲座) | 春季身边总有人呼吸不畅健康讲座 | 1个 | 37 |
| 义工服务 | 义剪 | 2次 | 27 |
| | 晒相 | 1次 | 24 |
| | 血糖血压测量 | 2次 | 18 |
| 服务总人数 | | | 5324人次 |

三、上门居家养老服务

| 服务内容 | 评估指标 | 量化标准 | | |
|--------|----------|---|----------------|---------------|
| | | 总人数 | 政府资助对象 | 自费对象 |
| 总计 | 年度服务总人数 | 164人 | 139人 | 25人 |
| | 现服务总人数 | 156人 | 131人 (结案2人) | 25人 (增加3人) |
| 家务助理服务 | 家居清洁服务 | 45人 (增加2人) | 20人 (减少1人) | 25人 (增加3人) |
| | 个人简单卫生护理 | 19小时 | 9小时 | 10小时 |
| | 家务助理服务时数 | 290.5小时 | 149.5小时 | 141小时 |
| | | 服务人数 | | 服务人次 |
| 健康指导服务 | 高血压自我管理 | 34人 | | 42人次 |
| 社区支援服务 | 爱心团体物资捐赠 | 1、米: 44包 2、油: 16瓶 3、现金: 300元 4、面、麦片: 2包 5、蛋卷、饼干: 12包 6、大礼包: 2份 | | 79人次 |
| | | 志工服务家庭探访 | 106人 | 211人次 |
| | 义工服务家庭探访 | 4人 | 4人次 | |
| 社工服务 | 家庭探访 | 83人 | 122人次 | |
| | 电话访问 | 19人 | 48人次 | |
| | 资源链接转介服务 | 5个 | 5人次 | |
| | 居家对象偶到服务 | 9个 | 370人次 | |

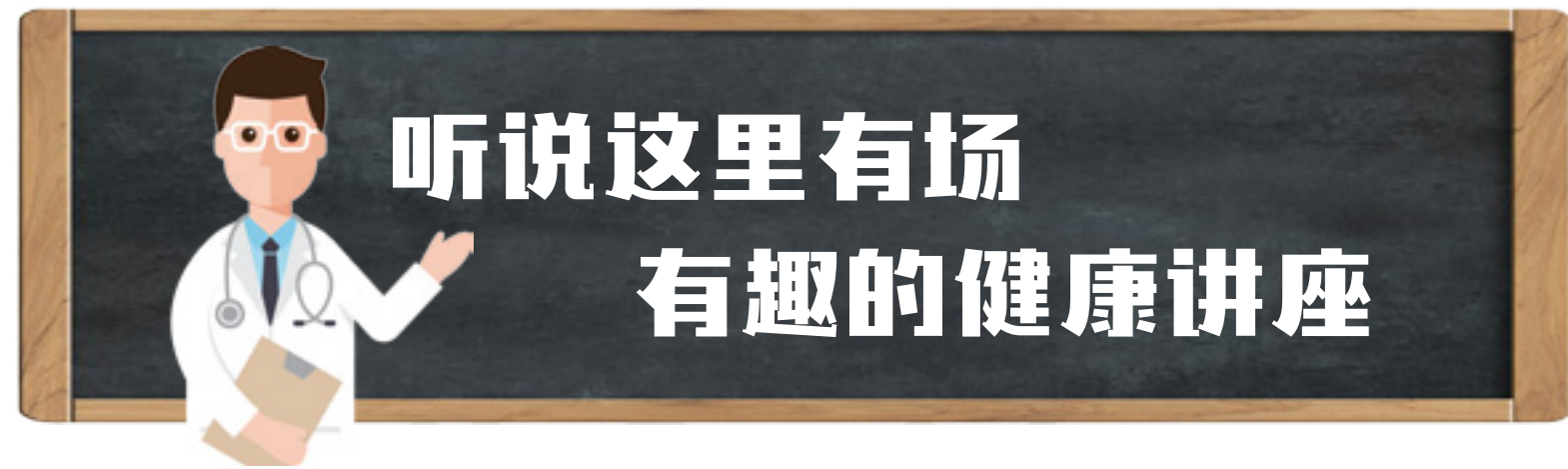
二、日托服务

| 服务内容 | 使用人数 | 服务人次 | 备注 |
|--------|------|-------|---------|
| 午休服务 | 28人 | 324人次 | 固定床位15人 |
| 休闲健身服务 | 29人 | 469人次 | |
| 合计 | 57人 | 793人次 | |

四、社区饭堂

| 服务内容 | 政府资助对象 (2元/餐) | 非政府资助对象 (6元/餐或以上) |
|-------|------------------|----------------------|
| 饭堂就餐 | 756人次 | 3967人次 |
| 送餐 | 756人次 | 946人次 |
| 早餐 | 4594人次 | |
| 服务总人次 | 11019人次 | |

活动简讯



为提升长者的春季保健意识，增加呼吸道疾病的预防知识，3月22日上午9时，中心邀请白沙兴盛社区卫生服务中心任医生为长者开展《如何预防呼吸道疾病》健康知识讲座，吸引了30多名长者参加，现场热闹非凡。

在讲座开始前，中心为白沙兴盛社区卫生服务中心补办一个简单而隆重的颁奖仪式，由中心部门主管蔡姑娘为任医生献上一份属于他们的荣誉——“2017年度优秀义工”称号，这既是为了肯定优秀义工的努力，也是向他们热心公益、无私奉献精神表示诚挚的感谢和崇高的敬意，更是对今后的义工服务工作的期望和鼓励！

告别寒冷的冬季，迎来万物复苏的季节，然而温暖的春季也是各种疾病的易发期，如呼吸道疾病就是高发的一种疾病，感冒、咳嗽、哮喘等威胁着人们的健康。尤其是长者的免疫力较低，稍有诱因极易发生呼吸道疾病，那么长者在早春时节该怎样预防呼吸道疾病呢？

任医生根据专业知识结合长者生活实际，通俗易懂地为长者讲解呼吸道疾病的常见症状、预防措施等健康知识，长者听得津津有味。

任医生讲解常见的呼吸道疾病，如鼻炎、咽喉炎、支气管炎、肺炎等，建议长者通过增强自身免疫力、保证空气流通等方法进行预防，例如生活作息要规律，保持健康饮食，经常锻炼身体。

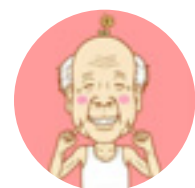
而预防呼吸道疾病的关键是空气，既要减少刺激因素，如花粉、粉尘等刺激性气味，又要注意空气的温度与湿度。任医生建议长者在室内科学合理使用空气加湿器，天气寒冷时在户外活动要戴口罩避免干冷空气刺激呼吸道。

经过一番详细的讲解后，任医生邀请长者提问，长者纷纷举手，任医生一一为长者认真解答。



为什么我早上一起床就打喷嚏、流鼻涕？

有的人是因为冬天刚起床时皮肤接触冷空气导致的，起床前可以先在被窝里搓热手臂促进血液循环或者轻轻按摩鼻翼两侧的穴位祛风通窍，有的人是因为过敏性鼻炎，建议使用加湿器。



我有咽喉炎，想咳但咳不出来，该怎么办？

咽喉炎的症状是声音沙哑、喉咙干痒，感觉有痰但咳不出来时，可以“嗯哼”一声清清嗓子，否则喉咙越咳越水肿，可以到医院做雾化治疗。



为什么我睡到凌晨4、5点时，喉咙辣痛，感觉有异物？

这是因为天气干燥引起的，可以使用加湿器或者睡前喝一点水润喉。



为什么起床后喝水想吐但吐不出来？

这种症状有可能是咽喉炎，喝水时先在嘴里含一下，再慢慢吞下去。



在座长者提出一个又一个问题，任医生认真细心地讲解着，赢得了长者的一致好评。

历时一个小时，本次健康讲座圆满结束，长者纷纷表示讲座很精彩，这些健康知识很实用，帮助他们解答了很多疑问，让他们受益匪浅。感谢白沙兴盛社区卫生服务中心对本中心的支持，为长者带来如此丰富的健康知识！

再次祝贺白沙兴盛社区卫生服务中心荣获“2107年度优秀义工”称号，义工路上，感谢有你！

活动简讯



趁春光甚好，来场玩法不同的元宵喜乐会

在传统元宵佳节到来之际，为丰富中心长者的文化生活，让长者感受节日的气氛，度过一个温暖和谐的元宵节，3月1日上午9时，蓬江区居家养老服务中心一楼庭院开展“元宵喜乐会”游园活动，共吸引了80多名长者会员前来参加，现场热闹一片，洋溢着喜庆的气氛。

结合元宵佳节的传统元素及美好寓意，本次元宵喜乐会采用游园的方式进行，共有四个精彩有趣的游戏摊位，分别有“智慧闯元宵”、“安康过元宵”、“斗快捞元宵”、“倩影留元宵”。活动还未开始，长者会员早已在自己感兴趣的游戏摊位前井然有序地排起队来，一边仔细查看游戏规则一边跃跃欲试。

活动开始后，长者会员兴趣勃勃地在各个摊位走动，大展身手，春风满面。别看长者会员年龄大，早已退出社会生产领域，他们的智慧无边呀，你看，“智慧闯元宵”摊位，人头挤挤，面对50来条的元宵灯谜，他们面无愧色，勇闯“谜”阵，连中几题呢！

要数哪个摊位最多长者会员排队，那绝对是“安康过元宵”了。该摊位结合“走百病”习俗，要求长者会员夹起乒乓球，走过“弯曲小路”，寓意长者会员幸福安康。其中，80多岁的梁婆婆迈着矫健的步伐夹起了一个又一个乒乓球，赢得了现场长者会员的掌声。

要数那个摊位最给力，最多加油声，那绝对少不了“斗快捞元宵”。长者会员两两比赛，纷纷挽起袖子，摆好姿势，专心地捞起指定颜色的玻璃珠。看，在两旁加油声的鼓舞下，一个个指定颜色的玻璃珠清脆地落在指定的盆中，我们的长者会员棒棒的哦。

“倩影留元宵”摊位更是远远就传来了调皮的“Yeah”声，在义工朋友的协助下，不少长者会员在留念区拍下了开心的瞬间。有的还和其他长者会员在留念区拍下了剪刀手的瞬间。多可爱的长者会员呀，童心未泯呢！

历时一个多小时，本次游园会画上了一个圆满的句号。长者会员通过自己的努力，尽兴而归。他们表示，“本次元宵节活动很有趣，形式多样”、“感受到浓浓的节日气氛，非常开心呢”。

元宵节寄托着人们祈盼幸福平安的美好希望，让我们共同祝福所有长者和睦幸福！祝大家元宵节快乐！

