

懷智 Newsletter 通訊

2024年2月

初心
不變

一人一飯煲 助殘疾人士「自煮」生活



自理訓練免悲劇

很多智障人士的父母（照顧者）已步入老齡及體弱多病，「以老護殘」漸漸成為社會現象，當照顧者一旦不能繼續照顧而又沒有支援的話，分分鐘會釀成社會悲劇，如果智障人士可以及早學識自己煮食及基本自理的話，又可能會改寫故事的結局！所以基督教懷智服務處（懷智）針對居家的輕度及中度智障人士為他們提供煮食技巧訓練，希望他們可以自立生活，提升他們解決問題的能力。

為什麼用電飯煲？

安全、健康及簡單操作都是我們的考慮。懷智評估過氣體爐具、電磁爐、微波爐等的煮食工具，要避免火警意外的風險，也要顧及智障人士的認知及操作工具的能力，最後得出結論以只有一個開關掣的電飯煲作為基礎煮食工具，研究多種簡單美味易熟的菜式，學員只要按一個掣，便能成為「一指廚神」。

「我們期望提升服務使用者的生活技能，教導他們利用簡單的技巧來使用電飯煲煮食，然後在家可以煮飯給自己，甚至給家人吃。」

多元訓練 提升社區生活技能

「揀選貨品時我們應優先考慮什麼？」學員分成小組前往超級市場採購食材，期間社工錢姑娘不時提問啟發學員思考，「價錢！」學員搶答。

在琳琅滿目的貨架上尋找指定食材，既考驗學員的觀察力，也考驗小組的合作精神；有人找牛奶，有人負責檢查有效日期，有人負責「格價」，分工合作，好不容易找到購買清單上的所有物品。

「付款時我們要注意什麼啊？」錢姑娘不放過任何傳授社區生活技能的機會，見學員面面相覷，又提示學員：「還要留意總額和應找回的銀碼呢。」



共享滋味 有「營」有款

「我們最主要提醒他們注意安全，今年因為在下午開班，所以成品可以讓學員帶回家品嚐，家人應該也會很開心。」義工廚師宏哥分享參加計劃第二年的心得。

問及學員震海最想把今天蒸好的蛋糕與誰分享？震海不假思索地答「媽媽！」，臉上露出自豪的笑容。

「我們希望讓學員知道電飯煲除了煲飯，還可以煮麵、煲粥甚至煲糖水；

所以今年的菜式更多元化，希望提升他們在家煮飯的意欲。」



錢姑娘和團隊希望透過營養豐富又選擇多樣的菜式，鼓勵學員多於家中應用所學，有能力照顧自己之餘，更可與家人分享所學。

學以致用 發揮所長

烹飪課接近尾聲，迎來的是一份「考卷」；原來計劃要求學員根據所學，於活動的最後一課自行設計一道電飯煲菜式，並進行煮藝大比拼；目的是鞏固學員課程技能及啟發思考，讓學員根據自身喜好發揮所長。

馬上有學員說：「我要煮海鮮！」姑娘笑著提醒同學菜式不限，但必須是電飯煲可煮的菜式。

破除隔閡 促進社區共融

活動獲利豐有限公司支持，派出義工與學員配對參與烹飪課程。問到活動感受，義工Ernie覺得學員比想象中「醒目」，且與他們相處融洽。

「因日常生活較少機會與殘障人士相處，所以會有刻板印象，覺得他們難以控制脾氣。但經過今天的活動，明白他們跟小朋友無異，只是相處時需要根據性格特質，多給予耐性及包容。」



Future



服務延伸 擴闊受惠人群

談及對計劃未來展望，錢姑娘有感活動深受服務使用者歡迎，表示「期望有進一步的2.0計劃，能夠有資源讓更多人參加，並希望有機會真正走入服務使用者家中，善用他們的廚房及廚具，更貼近實際生活環境和情況來提供協助。」

「創意藝術無限分」展覽

📅 即日起至 16/3/2024
 📍 一新美術館 (香港九龍觀塘海濱道)
 🕒 10:00 - 18:00 (逢星期二至六)
 💰 費用全免

展出來自17間慈善機構約200件由殘疾人士創作的展品；包括素描、水彩、廣告彩、水墨等平面繪畫，也有陶瓷、雕塑等立體創作，以及編織、木藝、皮革等手工藝，它們的作者有兒童和長者，來自不同的背景.....

[查看展覽詳情](#)



EXHIBITION

多元服務

#1 新界區賣旗日



一年一度懷智新界區賣旗日圓滿結束。本次賣旗有超過2,700名義工協助，亦得廣大市民慷慨支持，籌得善款將用作支援智障人士老齡化的各種復康設施及護理需要。未來，希望大家繼續與懷智同行，為殘疾人士服務一同努力。

#3 2022-2023周年大會暨45周年誌慶啟動禮



社會福利署副署長(服務)黃國進先生擔任啟動禮嘉賓，一眾嘉賓為45周年揭開序幕，祝賀本會邁步向前，繼續與殘疾人士並肩同行。

#2 大坳門風箏樂



是次活動共有超過300位來自不同單位的服务使用者及家屬參與，一同於西貢大坳門舒展身心。

#4 感謝有你



感謝 1/One Accord Charity Foundation、2/Alton Wong International Fan Club、3/利豐有限公司、4/其士集團有限公司的支持，透過各式伙伴協作活動，共展所長，發揮協同效應，攜手共建殘障人士的美好生活。



六色積木

Six Bricks

以腦神經科學為基礎 開發出獨有的樂高引導模式

作者
一級職業治療師 林浩龍

「六色積木」(Six Bricks)的概念是由南非 Care for Education (CFE) 所創立，並由樂高基金會 (LEGO Foundation) 作支持，以腦神經科學為基礎，運用積木作為教具，開發出獨有的樂高引導模式，透過遊戲作教育及訓練用途。

根據非牟利組織CFE的介紹，他們起初只是運用5塊積木作為教具，後來為了加強兒童的視野範圍以及跨越中線的兩側應用，積木的數目由5塊加至6塊。在顏色上，起初是選用紅色、綠色、黃色及藍色，其後再選取了橙色，讓參加者能因它的顏色較為明亮而比較容易找到。最後亦選擇淺藍色作為第6種顏色，讓參加者學習顏色的深淺比較，從而促進語言及視覺的發展。



運用「六色積木」於治療訓練

治療師一般會評估服務使用者的能力及需要、篩選合適的遊戲，再按需要調整遊戲難度及進行時間長短等，這都有助服務使用者的參與及獲得有效的治療訓練！[閱讀全文](#)

懷善最樂



伙伴合作



捐款 / 物資支持懷智



義工服務