



香海正覺蓮社主辦 佛教李嘉誠護理安老院

地址：香港大坑道 133 號

電話：2881 1801 傳真：25771831

本社網址：<http://www.buddhist-hhckla.org>

本院地址：<http://blks.buddhist-hhckla.org>

耆園之聲

第一零八期

二零二四月十月

院舍消息：

- ◆ 副院王尹姑娘於 20/9/2024 光榮退休，感謝她於本院服務 29 年，全體同仁獻上最高祝福，現由蔡美娜姑娘擔任副院一職。
- ◆ 本年度「敬老護老愛心券」籌款活動於 26/10/2024 至 1/12/2024 展開，目的為本院服務項目籌款：如添置護理器材及療養服務等。在此謹代表各界善長人士呼籲，請大家鼎力支持，為本院長者尋求福祉。
- ◆ 本院於 26/10/2024（六）舉行家屬委員會，邀請家屬來院舍了解服務及院友的生活狀況，以及邀請物理治療師李姑娘講解活動能力評估準則及教授一些運動招式，同時提供機會進行諮詢。
- ◆ 本院已於各樓層正門加裝拍卡系統，以減低院友走失的風險。
- ◆ 12 月進入流感高峰期，本院將為各院友安排注射季節性流感及肺炎球菌疫苗。
- ◆ 本院第二批輸入護理員於 31/7/2024 開始接受培訓並在各樓層服務院友。
- ◆ 伴隨著 2024 年奧運巴黎，院舍於 7-9 月份推行「我們都是運動員」計劃，模擬開幕儀式以及進行四項賽事包括「李嘉大力士」、「飛鏢達人」、「三項鐵人賽」及「排球老年」。各參賽院友認真對待，戰況非常緊張、激烈，為自己所屬樓層增光。
- ◆ 本院獲社會福利署「老有所為活動計劃」資助，於 8 月份舉辦三個不同的工作坊體驗：雪糕製作、酒精墨水畫及電話繩製作。報名情況非常踴躍，大家都玩得樂也融融。敬請留意接下來的活動宣傳。

我們都是運動員—開幕儀式及比賽



老友廚房—雪糕製作



酒精墨水畫製作



電話繩工作坊





本院廚師連俊貴

《唔洗問阿貴》
秋天煲咩
湯水好



沙參麥冬 蓮子百合湯

補肺益氣 潤喉止咳
清熱解燥

材料 (4人份)

- 沙參 15克
- 玉竹 15克
- 百合 20克
- 麥冬 15克
- 蓮子 12克
- 瘦肉 200克
- 果皮適量

做法

材料洗淨、
瘦肉汆水後備用。
煮滾1公升水，
放入所有材料，
以中火煮2小時，
放入適量鹽調味。

佛手瓜栗子 甘筍湯

止咳補腎 補氣血

材料 (4人份)

- 佛手瓜 3-4個
- 栗子 10粒
- 甘筍 1個
- 粟米 1條
- 南北杏 10克
- 蜜棗 1粒

做法

注入2公升水，
加入栗子、甘筍
及粟米煲至水滾。
加入已切件的佛手瓜
、南北杏、蜜棗，
以中慢火煮1小時，
放入適量果皮調味



Q1 教煮