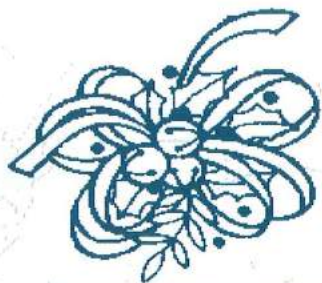
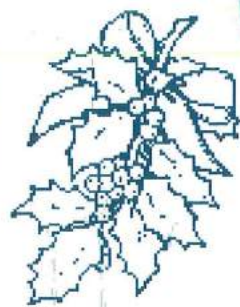


活動大特寫



「呀，我就嚟攞到啦！」
(感覺統合訓練)



「咦，乜D 蛇皮喺咁嘅咩？」
(興趣小組之參觀爬蟲館)



(語文科朗誦比賽)

「原來游水喺咁好玩嘅！」



(暑期活動之碧波暢泳)



「荷葉綠，荷花紅，花兒謝了結蓮蓬……」



「踢踢水，
放船仔，
真好玩！」

「嘩，好舒服呀！」



(引導式教育小組之嬉水樂)



(暑期活動之碧波暢泳)



香港基督教服務處
培愛學校

校訊

二零零零年十二月

中國香港特區新界屯門第三十九區顯發里 電話：24902955 圖文傳真：24906187 網址：<http://www.hkcs.org>

校董的話

照顧

特殊兒童的工作需要很大的耐性、很多的知識和高度的技巧，更不可缺的是一顆火熱的心。面對現今講求問責的社會，容易叫人為了安全和自保而按本子辦事，以致工作流於僵硬；然而培愛的教職員著重人性化的工作，他們必須有一定的信念和堅持，方能面對種種的障礙；縱然工作艱辛，但學生的笑容、他們的進步、家長得到的幫助、他們給我們的欣賞和社會各界人士的支持，都是最佳的回饋。這些鼓勵可以溶化一切困難，支持我們繼續這份既人性化又講求效率的工作。

願我們攜手為社會上的這一群人繼續努力。

● 校董 胡淑星

開學了，校內多了七張新的臉孔。六、七歲的小孩子，總是可愛的，但十年八載後，他們又會變成怎樣？

我想起了剛離校的孩子……

—阿仔從前最愛唱歌，「媽媽好」是他的「飲歌」，不知道他有沒有在工場再展歌喉？

—患小兒麻痺的阿輝在內地沒有受過教育，剛入學的時候，他只有十歲，生活經驗很貧乏，四年間，他完成了小學的課程，今年轉到一所普通中學繼續學業，沒有了教職員無微不至的照顧，他能適應嗎？會學懂獨立嗎？

—阿金在宿舍的生活習慣嗎？當每次觸及她冰凍的手腳，我都會有點黯然。

—阿永挺害羞，在職業訓練中心接受訓練，希望能壯大他的膽量！

—阿銘在學校只有短短的九個月，入學時，他已接近十六歲了，希望他在工場仍能繼續學習吧。

—記得一次聯歡會聚餐，我隨意地到每張飯桌和學生聊聊；當走到阿蔚的飯桌時，她竟然對我說：「校長，終於都輪到我們了！」，原來她期待的目光從沒有離開我，到飯桌跟她聊聊，對她的意義是這樣大。事後，她媽媽告訴我，每天我在學校的一舉一動她都會向母親匯報，如果有一天我曾跟她交談，便足夠她樂上一個晚上。

—經常說「我好驚！」的婷婷，不知道在工場還有沒有驚？

—阿奇和阿林有沒有長胖了？媽媽照顧他們要更辛苦了！

—灼灼還是跌跌撞撞？

—遷校時，堅持不轉校的阿喜，三年來每個上課日，都需要往返葵涌和屯門，終於被爸爸勸服了轉校。他的臉上總掛著滿足的笑容，又樂意幫助同學，在他的身上我認識甚麼是「良善」。

—還有被差來的小天使瑋瑋，雖然他走了，但他苦惱時縐著眉的樣子和開懷時燦爛的笑容，我不會忘記！

在特殊學校，學生在六歲入學，到十六歲時畢業離校，有整整的十個年頭，看著孩子們的成長及轉變，能在這段日子與他們同行、同哭、同笑，又能用自己的專業知識扶助他們，真是教我捨不得！

● 校長 劉愛琮

捨不得

花槽

不知不覺間，我在培愛任教快將四個寒暑了。在這段期間，我的獲益真不少。有云：「教學相長」，除了教與學的得著外，自己與學生一起成長的歷程中，我亦吸收了很多寶貴的人生經驗，得到不少的啟發。

大家有否記起剛拆卸的花槽，半花生外殼似的花槽，栽種著高高矮矮的植物，襯托那穿越玻璃窗的太陽光線，有否令大家聯想到培愛像一間大溫室呢？她肩負起教育的使命——培育下一代。

令我觸發聯想的，正是時光飛逝：憶起三年多前，初到培愛任教，三三兩兩稚氣未改的學生，害羞地（也許是害怕）專心上課。當時，我與學生的感覺都是一樣的陌生，不論環境或人物都是初次接觸。轉眼間，三年多前相識的學生，在心智和社交發展上已有一定的進步，令我感到非常高興。不論晴或雨，溫室都發揮了她的功能。

此外，這花槽亦警惕著我，不要過份地呵護這些可愛、幼嫩的小樹苗：我們應栽培他們成為一棵棵壯健、不怕風吹雨打的大樹，茁壯成長。

●小草

加入培愛已有三年。

在這三年裏，我得著很多；更體會到從工作上帶來的生命力！別人看似簡單容易的事情，對某些學生來說，要用上多倍的努力才能完成。在努力學習的過程中，我看到他們的堅持，心中很是感動。原來他們與普通小孩子無異，同樣擁有自己的長處、潛能。只要為他們撒下好的種子，他們一定能茁壯地成長。

聖經說：「我們愛，因為神先愛我們。」願我能抱著這信念，一起與學生共同成長。

" 堅持 "

● W Y

去年，我有機會到香港教育學院，接受一年的在職訓練。能拋開學重擔，全心全意去學習，是既新鮮又富有挑戰的事。

在求學其間，有機會接觸來自不同類型特殊學校的教師，眼界為之大開；引發我思考了不少問題。

可惜在九月中，家母不幸中風，情況嚴重。最終折騰了三個多月後辭世。喪母之痛，心情難以平靜。但回心一想，人老了自然會死，似乎較易接受。可是不久，又傳來了年幼學生逝世的消息！這些事，令我由思考教與學的問題，再跳到生與死的問題。的確，在死亡面前，一切都變得多麼的無意義和荒謬！

我除了思索死亡的問題，也作了不少的研究和探討。雖然未是專家，卻也有一些心得。我以為大家應先不要忌諱，以坦然而開放的態度去交流最為重要。只有在平靜的討論中，情緒才可獲得宣洩，人生才能得到提升。再者，兒童可能很早便經驗到有關死亡的事實，故「死亡教育」對他們是有必要的。可惜教育署當局仍未重視和作出支援，實在令人慨嘆不矣！

● ICE

● 梁展瑋母親

當差來的天使走了

一天，在書店看見一本書，名為《當差來的天使走了》，我毫不猶豫就買下來，因為它

正好描述我們夫婦二人現在的境況及心情。神賜給我們一個無比可愛的小天使，尚差半個月才夠七個年頭。兒子展瑋於一九九三年三月十四日的一個星期天出生，在亦是星期天的二〇〇〇年二月二十七日回到天國去了。

展瑋未嘗有一天可以好像「普通」小朋友般，自行爬上滑梯頂然後滑下來，未能以雙腳與同學們賽跑，他需要借助電動輪椅，但他並無因此而感到不愉快或自卑，他常常自得其樂。一九九八年，他由特殊幼兒中心轉到培愛學校就讀，升為小學生了，學校內各同學均有大大小小的「特殊」情況，但展瑋並不感覺他們異於常人或可憐，亦不會寄予同情，在他眼裏，大家都只不過是一般的普通小朋友，每天在學校過著開開心心的「正常」生活。

由於展瑋行動不便，我們一家較少多姿多采的戶外活動，但每次推著輪椅外出時，多少總有路人投以好奇的目光，甚至加以品評、查問，雖然明白他們並無惡意，但心中總感到不安，反而展瑋不以為意，沒有半點害怕或退縮，勇敢地「大踏步」向前走，身為媽咪真嘆自愧不如一個幾歲的孩童。相信亦因體能所限，展瑋很容易滿足，只要到公園散散步，讓他一嘗「搵車」（電動輪椅）之樂、到沙灘堆一個小山丘、或到「反斗城」與心愛的玩具來一個近距離接觸，已能令他樂透一天，他卻不會像時下小朋友般要求爸爸媽咪買回家的。

有時，用餐前展瑋會說：「媽咪，你尚未祈禱。」他又會問：「世界上那麼多人同一時間祈禱，神怎可以全部都聽到？神懂那麼多國家的語言嗎？」一個多麼有智慧的問題！我回答說：「我們不能用人的能力去量度神的大能。」在此亦感謝神，展瑋雖承受著脊髓肌肉萎縮症帶來的諸多不便，但身體總算無大病，他兩次入住醫院只因為做抽肌肉檢查及在雙膝後面做「放筋」手術。即使他離開我們返回天國之前亦無大病痛，只是早上醒來人迷糊了，在往醫院途中停止了呼吸及心跳，就這樣悄悄地、迅速地走了。

在我們心目中，展瑋是個俊朗、聰明、口齒伶俐、自覺性高、天真爛漫的小男孩，雖然間中有因貪看電視卡通、打電腦遊戲或玩心愛玩具車而將家課及溫習拖延，但他仍然是個不折不扣的「小可愛」。爸爸及媽咪永遠都懷念你！我們以後會努力做「好人」，希望日後在天上再與你一起生活。

〈轉載自「脊髓肌肉萎縮症慈善基金」〉

伸展運動

物理治療部

「拉筋」這詞語在本校的學生中，可謂耳熟能詳。很多學生聽到「拉筋」兩字，便非常害怕，甚至會逃避。而家長也常投訴在替其子女進行「拉筋」時，子女常不合作。有些家長又會訴說子女已長大，實在沒能力替他們「拉筋」。究竟大家對「拉筋」的認識有多少呢？現在就藉此機會，讓我們簡單介紹「拉筋」這運動吧。

首先「拉筋」這名稱較口語化，正確名稱應為「伸展運動」。它是一種靜態運動。基本上每個人於運動前(如游水、跑步等)，皆需要進行伸展運動。目的是增加軟組織如肌肉、筋腱的柔韌度，以減少四肢及脊骨拉傷或扭傷的機會。但對於本校學生，伸展運動更是防止攣縮或筋肌短縮的治療方法之一。

攣縮主要發生在大腦麻痺的學生身上。因他們腦細胞受損的原故，腦部不能正常控制肌肉的張力。肌肉張力高的學生，其受影響的肌肉會常處於收緊狀態，很少有鬆弛的時候；加上體能的問題，他們的活動量一般較正常兒童低，肌肉伸展的機會更少。基於這兩個原因，肌肉生長的速度，會比骨骼生長的速度慢。當筋肌的伸展能力比關節的活動幅度少時，攣縮便形成了。

對於患肌肉萎縮症的學生，他們的肌肉雖沒有痙攣的情況，但其各組肌肉力量的不平均，以及他們較低的活動能力，皆令至

肌肉缺乏伸展機會。加上其肌肉細胞的不正常發展，筋肌縮短的情況也非常普遍。

以上兩類學生(佔本校大部份的學生)皆需進行伸展運動。伸展運動可分為主動式和被動式兩種。體能及智能較高的學生，我們會教他們主動式伸展運動，運動主要由學生自己進行。而體能或智能較差的學生，治療師會為他們進行被動式伸展運動。學生需放鬆自己的肌肉，盡量合作，不要作出反抗。

不論是進行主動式或被動式伸展運動，我們必須注意以下事項：

1. 選擇適當的開始位置，並鼓勵學生盡量放鬆。
2. 緩慢地作伸展動作至最大幅度，切勿作動彈的動作。
3. 當感到所伸展之肌肉有拉力時，或家長感到有阻力時，停留在這位置30秒，然後慢慢放鬆。
4. 家長在進行被動式伸展運動時應注意學生的面部表情，避免過份伸展。如遇學生鬥力抗拒，應維持原位，直至放鬆才再行伸展。
5. 次數：每組肌肉重覆三次，每天作伸展運動一至兩次。

以下是一些較常出現攣縮或短縮的下肢肌腱及其伸展之方法，可供大家參考。

A. 被動式伸展運動

1. 髖內收肌(Hip adductor)

a.



學生仰臥，雙腳屈曲後向兩邊打開，家長之手放在學生大腿內側，然後向下壓，直至感到有阻力時，停留在這位置30秒。

b.



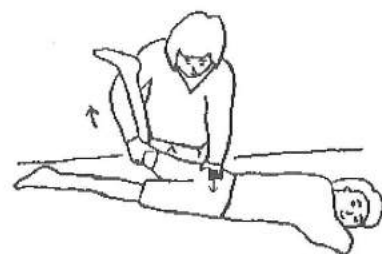
學生仰臥，雙腳伸直，家長之手放在學生之膝部，然後慢慢把雙腳向兩邊打開，直至感到有阻力時，停留30秒。

2. 髖外展肌(Hip abductor and ITB)



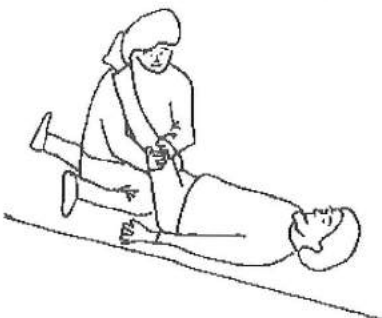
學生俯臥，家長站在學生身邊，用一手固定臀部，用另一手提起對面的大腿，並屈曲膝關節，然後向上及向內拉，直至家長感到有阻力時，停留30秒。

3. 髖屈肌(Hip flexor)



學生俯臥，家長站在學生身邊，用一手固定臀部，用另一手提起學生大腿，並屈曲膝關節，然後向上拉，直至感到有阻力時，停留在此30秒。

4. 大腿後腱(Hamstring)



學生仰臥，家長用身體固定學生一腳，再把學生另一腳乘在肩膀上。先把髖、膝兩關節屈曲至90°，然後慢慢伸直膝關節，直至感到有阻力時，停留在此30秒。

5. 腳跟(Tendo archilles)



學生仰臥，家長站在學生身邊，用一手屈曲學生之膝關節，另一手捉著學生的腳跟，將腳跟向下拉，腳掌向上屈，直至有阻力時，再慢慢伸直膝關節，並同時保持腳跟向上的伸展幅度，停留在此30秒。

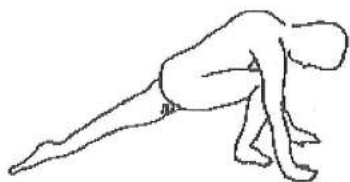
B. 主動式伸展運動

1. 髖內收肌(Hip adductor)



坐著，雙腳屈曲，腳掌合著，手放在膝上，身向前傾，然後將膝部向下壓，大腿內側會感到拉力，停留30秒。

2. 髖屈肌(Hip flexor)



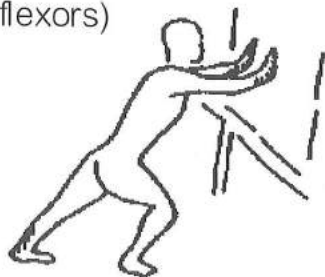
蹲著，左/右腳伸直向後放，雙手放在地上，身體向前傾，左/右髖關節前會感到拉力，停留30秒。

3. 大腿後腱(Hamstring)



坐著，右腳伸直，左腳屈曲，上身向前傾，雙手盡量沿右腳向前伸，並保持右腳膝關節伸直，右腳大腿及膝後會感到拉力，維持30秒。重覆左腳。

4. 小腿肌手腕及手指屈肌 (Tendo achilles, wrist and finger flexors)



面向牆，雙手按著牆，保持手肘伸直。一腳踏前一步及屈曲，另一腳保持伸直及腳跟著地，身向前傾，維持30秒。小腿、手腕及手指會感到有拉力。

備註：由於篇幅所限，未能盡錄各款伸展運動，敬請見諒。另外，每位學生的攣縮情況皆有差別，在替子女進行伸展運動前，應諮詢物理治療師的意見。

校外資源

(一) 助展會

地址：香港灣仔汕頭街2-10號廣泰樓1樓c座

電話：25284096

該中心是為自閉症、發展遲緩、學習障礙、弱智和肌能障礙之兒童提供發展評估、治療、訓練及專業諮詢服務。此外，更提供家長輔導及訓練、專業服務轉介，如：精神科醫生、心理學家等。

(二) 工程及醫療義務工作協會(EMV)

地址：九龍石硤尾邨44座平台207-212室

電話：27768569

該會為弱能人士提供的服務包括臨床評估、設計、製作及安裝輔助儀器與電腦輔助儀器。此外，亦提供復康儀器的保養及維修服務。

(三) 香港痲痺協會賽馬會復康座椅服務中心

地址：新界沙田火炭尾街5-13號穗輝大廈16樓1655室

電話：21454968 / 21454626

該中心提供全面的復康座椅服務。

在九九至二〇〇〇年度，學校共收到以下捐贈：

1. 余兆麒殘疾人士醫療基金捐款五萬圓，以添置物理治療器材。
2. THE SUNNYSIDE CLUB 捐款六萬五千圓，以添置言語治療部電腦、溝通軟件及電子溝通輔助器材。
3. 香港獎卷基金捐款九十九萬餘圓，以更換校車。
4. 香港救助兒童會捐款三萬二千餘圓，以添置職業治療評估工具及器材。
5. 何東慈善基金捐款三萬五千餘圓，資助學校舉辦生活教育營及添置物理治療器材。

新校車外貌



源於關懷 點滴都是恩情



香港基督教服務處是植根於香港特區的社會服務機構，本著「非以役人，乃役於人」的精神，40多年來為不同年齡和有需要的人士，提供多元化的專業服務，透過遍佈港、九、新界及離島的60多個服務單位，每年服務高達人次50萬。

本處的經費主要來自政府及公益金的資助，另外便有賴各界捐款以推行一些嶄新服務及政府未能全數資助的項目，以回應社會的需要。

我們歡迎您使用我們的服務，或者透過分享行動表達您的關懷。無論是善款支持、物資捐贈、義務工作，或參加「服務處之友」，都能直接支持本處事工，為有需要的人帶來新希望！

行動支持

□ 善款支持

□ \$100 □ \$200 □ \$500 □ \$1000 或 □ \$ _____

□ 成為「服務處之友」

□ 年費港幣\$100 □ 永久會員港幣\$1,000

付款方法：□ 將捐款投進本處服務單位的捐款箱

□ 劃線支票(抬頭請寫「香港基督教服務處」)

□ 直接存入匯豐銀行181-4-003880(請惠寄存款單收據)

【捐款港幣\$100或以上將發收據供申請免稅用】

**請將表格寄回本處總會，

地址：中國香港特區九龍加連威老道33號；

查詢電話：2731-6285

□ 物資捐助(請聯絡本處企業事務及社區關係部 2731-6285)

□ 義務工作(請聯絡本處企業事務及社區關係部 2731-6285)

個人資料

姓名：_____

電話：_____

地址：_____

□ 所收集的個人資料將保密處理，作為寄發收據及與您通訊用。

若日後不需要收到本處任何資料，請於方格內加上✓號