

## 計劃內容:

### 專業評估(1次)

- 物理或職業治療師進行評估
- 制定個人化復康計劃

### 密集復康小組 (共8節)

- 物理或職業治療師現場指導及介入
- 復康訓練員1對1個別訓練(約60分鐘)
- 器械訓練(約30分鐘)

## 對象:

- 剛離院人士<sup>^</sup>
- 具復康潛力

<sup>^</sup>因中風、骨折、慢性阻塞性肺病、神經系統疾病、慢性疾病等病患而剛離院之人士。

## 收費:

\$3,500 (原價: ~~\$5,490~~)

## 生效日期:

2022年1月1日至12月31日  
(名額有限, 額滿即止。)

備註:

1. 評估前, 必須先填妥中心「申請表格」及由註冊西醫簽署之「身體檢查報告書(MEF)」。有關文件可親身、郵寄、傳真或電郵交回中心。
2. 為提高復康效果, 請按治療師建議之每星期出席節數參與訓練。
3. 參加者須離院半年內, 並提交出院紙/離院證明。每位參加者只可申請計劃一次。
4. 計劃須於3個月內完成。
5. 如有任何爭議, 中心保留最終決定權。

## 其他服務配套:

- 物理治療
- 職業治療
- 言語治療
- 家居環境評估及改善
- 到戶復康訓練
- 照顧者培訓及支援

## 下載表格:



申請表格



身體檢查  
報告書(MEF)

## Y Care 女青賽馬會青健坊

為女青年會自資服務之一, 致力提供全面、優質、多元的跨專業復康及護理服務, 達致身心康健, 並為照顧者提供護理訓練及支援, 舒緩照顧壓力。

地址: 九龍窩打老道山文福道5號2樓  
電話: 2700 1730  
網址: [ycare.ywca.org.hk](http://ycare.ywca.org.hk)

電郵: [ychmt@ywca.org.hk](mailto:ychmt@ywca.org.hk)



Y Care 女青賽馬會青健坊



# Y Care 離院復康計劃



## 專業密集訓練 積極重拾自主生活

女青賽馬會青健坊  
一站式日間復康護理中心

熱線: **2700 1730**  
網址: [ycare.ywca.org.hk](http://ycare.ywca.org.hk)



神是我們的避難所、是我們的力量、是我們在患難中隨時的幫助。(詩篇46:1)

中風後，想把握黃金復康機會？

剛離院，想身體盡快恢復？

想積極改善身體機能，避免再次跌倒？

**Y Care 離院復康計劃** 針對剛離院人士的身體狀況及需要，提供個人化復康計劃，並透過1對1個別訓練及器械訓練，改善患者的活動能力及生活功能，從而提升其自立能力，重投社區生活。

## 計劃4大特色：

1 專業介入



### 評估及制定計劃

物理或職業治療師進行評估，度身設計復康訓練計劃，循序漸進達致復康效果。

2 貼身輔助



### 個別復康訓練

復康訓練員進行1對1針對性訓練，貼身觀察、提示和鼓勵，讓服務使用者更準確地達成訓練目標。

3 緊貼進度



### 專業指導跟進

治療師現場指導，持續檢視服務使用者進度，即時調整訓練方案。

4 質量兼備



### 混合模式訓練

90分鐘密集訓練，結合1對1個別訓練及器械訓練，提供具質素與時間並重的復康訓練。

積極提升復康效果



## 密集復康小組模式：



個別訓練

+



器械訓練



治療師  
即場指導



復康訓練員  
1對1訓練

## 真實評價：

「我很滿意，覺得小組模式對復康有幫助，訓練時間足夠，有治療師在過程中作指導很好，可按當時狀況即時修改訓練。」



「參與不同小組時有機會接受到不同治療師的訓練，每位治療師的手法及技巧都不一樣，對復康很有幫助。」



「一對一訓練時，有人在旁提示及協助，令我能更清晰訓練細節，不會做錯，同時也會得到鼓勵，令我繼續堅持訓練。」



立即致電 2700 1730

查詢及預約，積極投入復康！

