



保良局劉陳小竇長者地區中心 2020年5月 通訊

同心抗疫 洗手記得用規液

「新型冠狀病毒」確診人數有回落趨勢，但大家應繼續做好防疫措施，請勿鬆懈：

用規液及清水洗手，程序如下：

- 開水喉弄濕雙手。
- 加入規液，用手擦出泡沫。
- 離開水源，揉擦雙手最少 20 秒，揉擦時切勿沖水。
- 洗擦後用清水將雙手徹底沖洗乾淨。
- 用乾淨毛巾或抹手紙徹底抹乾雙手。
- 雙手洗乾淨後，不要再直接觸摸水龍頭，例如先用抹手紙包裹著水龍頭，才把水龍頭關上。

用酒精搓手液消毒雙手：

- 把足夠份量的酒精搓手液倒於掌心，然後清潔雙手。

特別通告

鑒於「新型冠狀病毒疫情」的發展，本中心已加強清潔措施外，現再次提醒各位時刻注意個人衛生，如有身體不適，請盡快求醫及留家休息。故本中心之班組及活動會延期或取消，詳情請參閱本中心的通告。

保良局 Po Leung Kuk - 【隨時動樂·長者快樂七式】



保持身心健康幾時都需要，抗疫期間，除了運動強身，

♥♥心理上的健康記得要注意呀！

#長者快樂七式# 由本中心兩位同互傾力演出，同老友記一齊活出開心愉快的快樂之道。



「全⼼傳電」計劃



「全⼼傳電」計劃，選受資助的弱勢社群組別包括年滿 65 歲以上獨居／雙老長者、殘疾⼈士及低收入⼈士，中電會於 2020 年為 30,000 個家庭，提供每戶 500 港元電費資助。

以上受惠⼈必須為：

1. 持有有效香港身份證的香港居民
2. 現居於中電供電範圍
3. 以上申請需受條款及細則約束
4. 有關年滿 65 歲以上的獨居或雙老長者會員



到本中心申請為受惠⼈士

受惠⼈士必須由社福機構提名。中心現為合資格會員提供申請，請帶備身分證、長生津或綜合援助通知、電費單到本中心向當值職員查詢。

如成功申請者將於 2020 年 8 及 12 月發放資助。

中心開放時間

時間 / 星期	一	二	三	四	五	六	日
上午 7:30 - 上午 9:00 (德欣樓地下)	★	★	★	★	★	★	
上午 9:00 - 下午 2:00 (大樓 1 樓)	☺	☺	☺	☺	☺	☺	
下午 2:00 - 下午 5:00 (大樓 1 樓)	☺	☺	☺	☺	☺	☺	★
下午 5:00 - 下午 6:30 (德欣樓地下)	★	★	★	★	★	★	
下午 6:30 - 晚上 9:00 (德欣樓地下)		★		★			
★ 延長服務時間 ☺ 正常服務時間 公眾假期休息 (除星期日外)							

暴風雨訊號下中心服務安排

 1 號風球/黃雨	中心服務	戶內活動	戶外活動
1 號風球/黃雨	✓	✓	✓
3 號風球/紅雨	✓	✓	✗
8 號風球/黑雨	✗	✗	✗

請會員留意在颱風及暴雨訊號下中心之開放及活動安排，詳情請閱有關之通告。



大家可以使用
QR CODE 進
入本中心網頁

劉陳小寶長者地區中心

2020 年 6 月份例會時間表

因應現時新冠肺炎的疫情，
例會時間待定。



督印人員：	陳詠兒 營運經理 張翠韻 副經理
編輯人員：	梁曉燕 姑娘
印刷數目：	
日期：	2020 年 5 月



保良局
PO LEUNG KUK

郵票

回郵地址：
保良局劉陳小寶長者地區中心
九龍藍田德邨邨碧雲道 223 號
藍田社區綜合大樓一樓
耆英智多星熱線：2177 6166
傳真：2177 6121
耆英網絡通：pkdecc.hk