



# 保良局安老服務盧邱玉霜耆暉中心 2018年6月份會訊

## 2018年中心長者代表-會見油尖旺區議員

「油尖旺長者協會」於2004年8月11日組成，是集合了油尖旺長者機構所派出長者代表，共同關注、討論及跟進區內的長者有關社區議題。中心現正招募有興趣長者加入「油尖旺長者協會」，一起同心協力締造一個友善的社區。如你願意為社區出一分力，歡迎與中心主任聯絡。

回顧25/4與區議員會面，各單位長者中心代表把區內所關注之議題，以下傳上達形式傳遞給區內議員。議員很欣賞長者代表對區內各項設施及環境情況之關注及所作出之建議，並承諾作出可行之跟進工作，期望提升市民生活素質。本年度油尖旺長者協會向區議會表達新議題及跟進議題如下：

### 本年度新議題

1. 關注西九龍隧道口行人設施問題
2. 關注咸美頓街與砵蘭街交界之交通問題
3. 關注油麻地街市殘障人士升降機使用問題
4. 關注油麻地街市(向甘肅街方向)公共廁所梯級不平問題
5. 關注新填地街與眾坊街交界之行人安全問題
6. 關注新填地街東華三院中醫門診中心行人路缺乏斜路問題
7. 關注奧海城1期之無障礙通道設施問題
8. 關注醫療券於油尖旺區內普及不足性的問題
9. 關注將落成之文昌街公園的相關配套及設施
10. 關注油尖旺寵物公園深夜後之環境衛生問題
11. 關注登打士街與西洋菜街交界缺乏公共洗手間問題

### 跟進議題

1. 讚賞富榮花園巴士站內缺乏座位問題之跟進及回覆
2. 讚賞九龍佐治五世紀念公園衛生問題之跟進及回覆
3. 關注旺角街市舊址活化工程
4. 讚賞廣華醫院重建期間街症服務名額及抽血室安排問題之跟進及回覆；另跟進廣華醫院重建之行人通道問題

中心職員：陳銘豪、蔡淑華、鍾明輝、陳穎婷、洪遠程、盧嘉英、譚美倫、麥玉嬋、李銳壯、陳文妙、劉麗琴、陳襯英。

本中心之長者代表 梁玉銘代表中心參與「油尖旺長者協會」與各組員共同跟進各項議題，如你們對區內議題有任何建議，歡迎與長者代表分享。



### 中心開放時間

星期一至五 上午8:45-下午5:00

星期六 上午9:00-下午4:00

星期日及公眾假期休息

### 下月開會日期及時間

愛心組 7月5日(星期四)上午10:30-11:30

幸福組 7月5日(星期四)下午2:00-3:00

松柏組 7月6日(星期五)上午9:00-10:00

長青組 7月6日(星期五)上午10:30-11:30

地址：油麻地彌敦道570-572號

基利商業大廈3樓

電話：2782 0220 傳真：2782 0115

電子郵箱：[loyau.nec@poleungkuk.org.hk](mailto:loyau.nec@poleungkuk.org.hk)



# SQS 服務質素標準



## 標準4 職務及責任

所有職員、管理人員、管理委員會和/或理事會或其他決策組織的職務及責任均有清楚的界定。

## 標準5 人力資源

服務單位/機構實施有效的職員招聘、簽訂職員合約、發展、訓練、評估、調派及紀律處分守則。

# ♥ 免費活動 ♥

## 慢性腰膝疼痛支援小組

日期及時間：6月1日、15日及7月20日(星期五)上午9:30-11:00

內容：以小組的形式與長者講解關節炎特性及正確姿勢與動作，用遊戲及運動了解長者關節疼痛的進展

地點：中心活動室 名額：10名

講者：衛生署長者外展隊 備註：已報名之參加者請準時出席



## 6月健康檢查

日期及時間：6月11日(星期一)上午9:15-10:30

內容：磅重及由註冊護士量血壓和解答健康問題

地點：中心活動室 名額：不限

備註：1.) 參加者請於檢查前一天到中心觀看當日檢查時間

2.) 是次檢查次序為，松柏、長青、愛心及幸福

報名：例會報名



## 每週新聞快訊&同樂父親節

日期及時間：6月13日(星期三)下午2:00-2:30

內容：新聞快訊，慶祝父親節及節日小遊戲

地點：中心活動室 報名：歡迎即場參加



## 健康講座之認識認知障礙症

日期及時間：6月21日(星期四)下午2:30-3:30

內容：1.) 認知障礙症的原因

2.) 不同時期(早、中、後期)的病徵與處理方法

地點：中心活動室

名額：不限 講者：美國雅培

備註：於講座後為有需要之長者提供即場營養奶粉售賣服務

報名：歡迎即場參加講座，如欲訂購加營素及怡保康奶粉請於6月14日(四)向麥姑娘登記



## 護士諮詢 – 健康諮詢

內容：護士為參加者解答健康或藥物問題

報名：中心會員如有需要，請向麥姑娘預約



## 6月專題講座之防騙秘笈

日期及時間：6月12日(星期二)下午2:30-3:30

內容：介紹不同的防騙貼士

地點：中心活動室

主講：西九龍總區防止罪案辦公室

## 6月老友記俱樂部

日期及時間：6月21日(星期四)上午9:30-10:30

內容：攤位遊戲

地點：中心活動室

備註：歡迎喜歡玩遊戲的老友記準時出席

報名：歡迎即場參加



## 健身單車使用簡介會

日期及時間：6月26日(星期二)下午3:30

地點：中心活動室

報名：有意參加者請聯繫李sir



## 6月智能手機應用教室

日期：6月28日(星期四) 時間：下午2:30-3:30

內容：介紹Google Map的使用及認識適合長者使用的交通Apps等

地點：中心活動室 對象：使用智能手機的會員

收費：全免 名額：25名

導師：由CSL手機專員

備註：參加者需自備智能手機

報名：例會開始報名





# 班組活動

## 二胡班

日期及時間：6月1至8月10日（逢星期五）下午1:00-2:00

內容：具豐富教學的導師教授二胡樂器，參加者可學習中樂樂理及樂曲

費用：\$320（8堂） 名額：6名

銀齡導師：張金茅先生 負責同事：蔡姑娘

備註：☆因中心例會8/6、6/7、3/8將停課

☆參加者需自攜樂器

☆仍接受報名，有興趣者可與蔡姑娘報名



## 手鐘學習工作坊(1), (2)

日期及時間：6月6日至27日（星期三）下午1:00- 2:00

內容：由專業音樂導師手鐘技巧及樂曲

收費：\$112 對象：耆暉手鐘團團員

#6月20日停課

#此活動經由中心活動費資助推行

#招募新學員：有興趣學習音樂及手鐘樂器的會員，歡迎隨時聯絡蔡姑娘



## 6-8月耆樂歌唱班

日期及時間：6月20日至8月8日（星期三）上午9:00-10:00

內容：輕輕鬆鬆從懷舊金曲中學習歌唱技巧及簡單樂理

收費：\$90（共8堂）

名額：20名 導師：黃慕清

報名：有興趣的會員可與譚姑娘聯絡



## 6-8月體適能運動班（2）

日期及時間：6月20至8月8日（逢星期三）下午3:35-4:35

內容：徒手操及橡筋帶運動教導

收費：\$20（8堂） 名額：20名

導師：體適能教練 報名：有意參加者請聯繫李sir



## 輕鬆學手機（U3A）

日期及時間：6月19日（星期二）下午2:15-4:15

內容：教授如何加入聯絡人、WiFi與數據的分別、

Whatapp與短訊的分別、放大文字的方法等

對象：適合使用Android系統的初學者

收費：\$5 名額：8名

導師：U3A委員趙寶琮女士

報名：有興趣參加者請先向譚姑娘登記





## 認知培訓小組

日期	時間
6月4日	下午2:30-3:30
6月11日	下午2:30-3:30
6月22日	上午2:30-3:30
6月25日	下午2:30-3:30

## 運動培訓小組

日期	時間
6月6日	下午2:30-3:30
6月13日	下午2:30-3:30
6月20日	下午2:30-3:30
6月27日	下午2:30-3:30

## 義工培訓班

日期	時間
6月4日	上午10:00-11:00



## 第五期「先知先覺®」認知障礙預防計劃



### 我成為義工的原因是……

- ♥ 見證多位朋友的案例，亦樂於學習及尋求解決方法。
- ★ 幫到人又幫到自己，學習到很多以前未學過的事物。
- 😊 感覺自己步入認知障礙初段，希望增加多點認識。

如對上述計劃有任何查詢，  
可與本中心職員陳姑娘/麥姑娘聯絡。



# ♥ 長者快樂的故事分享 ♥

## 我是一位快樂耆英

我因雙腳有痛症，不能經常返到中心參加活動，但每次返到中心我都得到各位導師、員工和老友記熱誠地噓寒問暖，我心中感到無限欣慰，如同返到家中一樣親切的感覺，一陣暖流直達心中。謹此數行聊表寸心。

敬祝保良局事事順利，各位同事身壯力健，我無以為報。謹祝各位喜樂綿綿，身體健康！

林寶娟



## ♥ 社區飯堂 ♥

### 社區飯堂 – 購買2018年7月份飯票

日期及時間：6月22日(星期五)上午9:00

內容：如欲購買2018年7月份之飯票之會員，請於活動當日上午9:00到中心登記，上午9時5分將會進行抽籤決定購票次序，因此無需過早到中心聚集。

地點：中心活動室 對象：中心社區飯堂使用者



用膳時間	菜式類型	收費
早餐 (上午8:45分)	湯粉 / 粥 / 麵包	\$4 / 餐
午餐 (上午11:30分)	主菜 + 時菜 + 湯水 + 白飯	\$12 / 餐
晚餐 (下午5:00分)	主菜 + 時菜 + 水果 + 白飯	\$12 / 餐

### 社區飯堂計劃 - 6月份開心歡聚在飯堂

日期及時間：6月29日(星期五)中午12:00 - 12:30

內容：商討有關社區飯堂的安排及服務事宜，講解健康及飲食資訊

地點：中心活動室

對象：中心社區飯堂使用者 名額：不限





## 申請資格

類別 1. 年滿65歲以上的獨居或雙老長者並正領取綜合社會保障援助(綜援)或長者生活津貼

類別 2. 香港永久性居民居住惡劣環境(非公屋)及正領取社會津貼

類別 3. 中度至嚴重殘疾人士及正領取社會津貼

※申請人或其家人必須為中電註冊用戶

※經中電審批後，附合資格人士每戶可獲港幣\$300元正的一次性電費津貼資助

※ 如欲申請之會員，請帶備以下文件到中心與麥姑娘登記 ※

## 需帶備下列資料

### 類別 1.

香港身份證正本；及

2. 電費單副本；及

3. 綜援合格通知書 或長生津合格通知書 或 醫療費用豁免證明書 及其編號

### 類別 2.

1. 香港身份證正本；及

2. 電費單副本或銀行存摺內頁副本；及（須清楚顯示戶口持有人全名及戶口號碼）

3. 社會津貼「低收入在職家庭津貼」或「社會保障援助(綜援)」或

「全額書簿津貼」成功申請通知書或證明信和編號；及

4. 租單

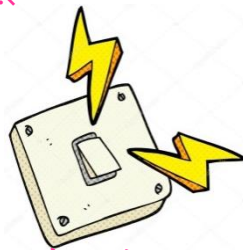
### 類別 3.

1. 香港身份證正本；及

2. 電費單副本；及

3. 社會津貼「社會保障援助(綜援)」或「公共福利金」或「普通/高額外傷殘津貼」通知書+編號

〈名額有限，請盡快申請，截止日期 29 - 6 - 2018〉



## 注意事項

※所有報名後備名額的參加者，請於6月9日(星期六)上午9:15帶同會員証到中心登記。

※鳴謝5月份協助中心推行各項活動的義工朋友。

※如欲了解本會訊電子版內容，歡迎登入QR code。

※中心e体健繼續開放，參加者可使用已登記之八達通使用e体健，

如未登記之會員可與麥姑娘查詢，凡使用10次(每日一次)有小禮物一份

※中心設施(按摩椅、腰背鬆及互動負重儀)繼續供會員使用，

使用時間及收費可參閱中心海報或與中心職員查詢

※U3A將於7月份開辦普通話班，有興趣的參加者請留意中心公佈或與譚姑娘聯絡



# 義工專欄

## 搜望相助報料區

你身邊認識的長者朋友是否：



有長期病患



有經濟需要



未有使用社區服務



支援網絡薄弱

呼籲各老友記發揮愛心，請即向蔡姑娘報料，幫助你的長者朋友。  
報料人士將獲小禮物一份予以獎勵愛心，謝謝各位！

### 搜望大使聚會

日期及時間：6月12日(星期二)下午1:00-2:00

內容：商討本季服務安排

對象：搜望大使



### 6月義工之友聚會

日期及時間：6月13日(星期三)上午10:30-11:30

內容：介紹與義工有關的最新資訊活動、  
簡介本月義工服務內容

對象：各義工組別之義工



### 耆暉探訪大使聚會

日期及時間：6月11日(星期一)下午1:00-2:00

內容：介紹最新探訪活動資料、注意事項及經驗分享等

對象：耆暉探訪大使



### 18-19年度端午節地區安老探訪

日期及時間：6月11日(星期一)下午2:00-5:00

對象：耆暉探訪大使

日期及時間：6月16日(星期六)或6月29日(星期五)下午2:30-4:30

義工團體：匯豐銀行義工及惠康義工隊

集合地點：中心活動室

內容：由企業義工及耆暉探訪大使探訪參與地區安老探訪計劃的長者

報名：由陳姑娘個別聯絡



## 「耆營飲食你做煮」計劃

### 「老友廚房」烹調比賽暨義工嘉許禮

日期及集合時間：6月22日(星期五)下午1:00 - 5:00

集合地點：本中心

活動地點：九龍佐敦佐敦道23-29號新寶廣場20樓信興廚藝中心

對象：「耆營飲食你做煮計劃」之義工

備註：社工洪先生將個別聯絡義工及參加者，敬請準時出席。



## 中心代表會

日期及時間：6月26日(星期二)下午2:30-3:30

內容：分享及討論中心各項事宜

地點：中心活動室

對象：各中心代表、班代表及小組代表

## U3A 自務委員會議

日期及時間：6月29日(星期五)上午10:00-11:00

內容：商討及籌備中心教育活動

對象：U3A自務委員

# U3A



## 智NET長者外展數碼計劃-探訪服務

本計劃義工協助進行探訪工作及推行計劃，利用數碼產品鼓勵長者多接觸資訊科技設備。

日期：2018年6月至8月

內容：義工於院舍及家居探訪之中帶同平板電腦進行探訪

地點：隱蔽長者個案家 及區內安老院



## 招募保良局賣旗日義工

日期及時間：8月15日(星期三)上午9:00

賣旗地點：油麻地區

備註：有興趣成為賣旗義工的會員請與譚姑娘聯絡



# ♥ 收費活動 ♥

## 18-19年度足底按摩保健樂

日期：6月5日至6月26日(逢星期二)  
時間：上午8:45-下午3:45(每45分鐘一節)  
收費：\$85一次 名額：8名  
導師：李國明師傅  
備註：如欲購買2018年7月份足底按摩票，需要在6月5日向麥姑娘先登記及恆常參加者優先交費，請各參加者留意



## 血糖測試

日期及時間：6月11日(星期一)上午9:15-9:45  
內容：透過手指採血測試，讓長者瞭解自己的血糖值  
費用：\$5 名額：50名  
備註：1.) 測試前兩小時除飲清水外，請勿飲食。  
2.) 由於人數眾多，請按照收據上之檢查時間出席並靜心等候  
3.) 是次檢查次序為，松柏、長青、愛心及幸福  
報名：例會報名



## 總膽固醇測試

日期及時間：6月11日(星期一)上午9:15-10:00  
內容：透過手指採血測試總膽固醇值  
費用：\$45 名額：20名  
備註：1.) 測試前兩小時除飲清水外，請勿飲食。  
2.) 預計當日人數眾多，參加者請按照收據上之檢查時間出席並靜心等候  
3.) 因等候須時，如有需要請參加者帶備小食  
報名：例會報名



## 6月歡欣樂聚慶端陽

日期：6月14日(星期四)  
時間：(第一場)上午9:30-11:00 (第二場)下午2:30-4:00  
內容：慶祝端午節，玩遊戲及抽獎  
費用：\$25 名額：每場70名  
報名：例會報名



## 長者樂悠悠

日期及時間：6月29日(星期五)上午9:30-下午4:00  
內容：挪亞方舟-午膳-青嶼幹線訪客中心  
收費：\$40 名額：50名  
備註：請參加者於上午9:30在中心集合



# 6月護老者情報站

## 陪老大使聚會

日期及時間：6月8日(星期五) 下午1:00-下午2:00  
內容：商討義工探訪院舍事宜和安排義工協助陪診服務。  
地點：中心活動室  
對象：陪老大使【敬請準時出席】



## 6月護老者講座-長者選擇鞋履的方法

日期及時間：6月25日(星期一) 上午09:45-10:45  
內容：講解鞋履選擇的方法  
地點：中心活動室  
講者：社工-鍾先生

【歡迎即場參與講座】



## 2018年度陪老大使聚餐

日期及時間：6月27日(星期三) 下午2:30-4:00  
內容：與所有陪老大使回顧過去一年的服務成果。  
費用:\$50



## 圖書閣

日期及時間：逢星期三中午12:00-1:00  
內容：凡使用資源閣服務三次；而每次不少於30分鐘則可獲小禮物一份。歡迎大家積極參與！



## 玩具閣

日期：6月14日、6月21日、6月28日(逢星期四)  
時間：中午12:00-1:00  
內容：借用並教授認知遊戲玩具的使用方法，促進參加者的認知能力和記憶力。參加三次可以獲一份小禮物。

【歡迎即場參與】





# 長期護理服務知多少

長期護理服務包括：院舍照顧服務或社區照顧服務兩大類。院舍照顧服務包括：安老院（適用於二零零三年一月一日前提出申請的人士）、護理安老院、護養院；而社區照顧服務包括：綜合家居照顧服務、改善家居及社區照顧服務和長者日間護理中心。

有需要申請有關服務的長者可向中心社工提出申請。經過初步評估後，中心社工會為適合初步甄別的長者向社會福利署提出正式申請。再經由合資格的評估員進行評估，評估合乎輪候資格的長者才會正式進入輪候長期護理服務程序。

評估內容：評估員會就申請人的自我照顧能力、身體機能、記憶及溝通能力、行為情緒等方面的受損程度、健康狀況、環境危機和應付日常生活的能力等方面作全面的評估，從而識別申請人的長期護理需要。

## 申請程序流程

健康狀況/照顧安排有改變

身體狀況有改變，自我照顧能力/或家人照顧能力未能應付，擔心日後的照顧安排。

提出申請

長者可向中心社工提出申請。經過初步評估合資格後，中心社工便會向社署提出正式申請，作長者的負責工作人員。

進行評估

由中心或社署安排合資格評估員，會透過家訪及會面為申請長者進行評估。

解釋評估結果

負責工作人員向長者解釋評估結果，包括已配對的服務選擇、「臨床評估紀錄」跟進項目和建議的跟進工作。

配對所需要服務

評估結果顯示有護理需要的長者，可申請輪候合適的資助長期護理服務。包括院舍照顧服務或社區照顧服務兩大類。