



保良局劉陳小竇長者地區中心

2020年6月 通訊

銅心抗疫 清潔只需規液

政府向全民派發的可重用口罩「銅芯抗疫口罩 (CU Mask)」，該口罩含有銅，可以抗菌，政府稱其顆粒過濾效率 (PFE)、細菌過濾效率 (BFE) 及合成血液穿透阻力 (Synthetic Blood Resistance) 方面，符合美國材料與試驗協會 (ASTM) F2100 一級標準，可清洗重用 60 次。

銅芯抗疫口罩 CU Mask 特點之一，就是可以清洗重用 60 次。但千萬不要使用熱水及以下用品清洗 CU Mask，亦不要「擰乾」，否則可能影響效能。以下為大家介紹清潔口罩的注意事項。

清洗方法

1


每日使用後用肥皂及冷水手洗，
可在水中輕輕攪動和按壓。

2


再用清水洗淨，掛起來或平放晾乾。

✗
熱水

✗
擰乾

✗
熨燙

✗
漂白劑、柔順劑
含螢光劑洗衣液

保存方法



如需暫時除下，可將口罩向內對摺，
放入膠袋或紙袋中。



再戴上時避免接觸口罩表面。

注意事項：

- 口罩有損壞或配戴時呼吸困難，應停止使用。
- 港大感染及傳染病中心總監何柏良醫生建議，以下四類人士應避免配戴銅心抗疫口罩，並暫時使用外科口罩：
 - 出現發燒、呼吸道感染病徵人士
 - 接受家居檢疫、確診或懷疑個案
 - 正接受家居檢疫、確診或懷疑個案的緊密接觸者
 - 需要到醫院、診所及老人院等高危地方的人士

正確戴口罩，你我做得到

隨著本港新冠肺炎疫情得以舒緩，長者地區中心服務逐漸恢復。然而，個人衛生意識絕不能鬆懈，因為社區仍有可能存在著隱形新冠肺炎的患者。為避免自己在社區經飛沫受病菌感染，老友記最重要在外出時正確戴上口罩：

1. 首先佩戴口罩前，應先用洗手液或酒精搓手液潔手。
2. 口罩有金屬條的一邊向上。
3. 如選用綁帶式口罩，將綁帶繫於頭頂及頸後；如選用掛耳式口罩，把橡筋繞在耳上，使口罩緊貼面部。
4. 拉開口罩，使口罩完全覆蓋口、鼻和下巴。
5. 把口罩的金屬條沿鼻樑兩側按緊，使口罩緊貼面部。



老友記請緊記佩戴口罩後，應避免觸摸口罩。若必須觸摸口罩，在觸摸前、後都要徹底潔手。而在脫下口罩前須潔手，然後把口罩棄置於有蓋垃圾箱內後，再立即潔手。老友記亦要緊記，勿使用有破損、染污或沾濕的口罩，亦切勿清洗或消毒已使用過的即棄口罩。

「口罩正確使用在臉上，病菌入侵只會是空想」

老友記，大家一起同心抗疫吧！



鹹肉粽，鹼水粽，份量適當健康好，血壓血糖不會高。

護士長余振光提提您

換領新智能身份證



換證組別	組別 / 出生年份	換證指明期限
第七階段	1957-1959 年出生之人口	2019 年 11 月 16 日 (星期六) 至 2020 年 7 月 27 日 (星期一)
第八階段	1960-1961 年出生之人口	2020 年 2 月 18 日 (星期二) 至 2020 年 7 月 27 日 (星期一)

溫馨提示：「為減少人群聚集，從未預約的人士應先登入網站

www.gov.hk/newicbooking、使用入境處流動應用程式或致電 24 小時電話預約服務熱線 2121 1234，預約辦理換證手續。入境處亦呼籲申請人於網上或流動應用程式預約時預先填寫表格，以減少輪候時間。」

***居住觀塘及藍田的朋友可到東九龍智能身份證換領中心換證：**

地址：觀塘偉業街 223-231 號宏利金融中心 2 樓 1 號室

及宏利金融中心 A 座 3 樓 1B 號室

辦公時間：星期一至六早上 8 時至晚上 10 時(星期日及公眾假期除外)

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



 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。



因應疫情漸趨穩定，中心或快將恢復
服務，各類服務將陸續開放，請密切
留意中心最新公佈。

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