



專題月聚天 – 愛老護「腦」(上) 之 認知障礙症的初期徵狀

認知障礙症是一種腦部退化疾病，患者的腦細胞會急劇退化，腦細胞的死亡導致腦功能衰退，患者的認知能力會逐漸喪失，從而影響日常生活。隨著人口老化，本港的認知障礙症患者的數量，將會不斷飆升。由2009年的103,433名患者，將會倍增至2039年的332,688名。



認知障礙症的初期徵狀

1.	記憶力開始衰退	剛剛說完的事很快便忘記，例如忘記了重要的日期或活動，重複詢問同樣的事情，依賴輔助記憶的用品 (例如紙條、手機等)。
2.	無法專心處理熟悉的事情	有些人可能在熟悉的工作或環境出現專注上的困難。例如到銀行入數、煮飯，他們可能無法專心，需要更多的時間來處理以前熟悉的事情。
3.	對時間、地點和人物感到混淆	患者會忘記日期、時間和地點的關聯性。有時候，他們可能忘記自己在哪裡或為何會在這個地方，也不記得今天是星期幾或身邊親朋的名字。
4.	判斷力減退	他們可能在判斷距離遠近、顏色或對比出現困難。在理解力方面，他們可能會從一面鏡子前走過，然後覺得屋裡有另一個人。他們可能無法了解自己就是鏡子裡的那個人。
5.	把東西放在不適當的地方	他們可能掉了或放下東西，卻無法正常去找回它。找不到時，就會認定或指控是某人偷去。隨著時間的發展，頻率也會隨著增加。
6.	語言表達或明瞭上出現困難	他們話講到一半時會突然間停下來，因為不知道該怎麼繼續下去，或是重複自己剛才所說的話。在字彙上也會出現困難，很難找到正確的字彙，或是叫錯事物的稱謂。(例如將“手錶”稱為“手上的鐘”)
7.	失去做事的主動性	患者可能開始不再有嗜好，退出社交活動，將自己隔絕，變得越來越隱閉。
8.	情緒和個性的改變	他們會變得困惑、懷疑、憂鬱、害怕或是焦慮，只要離開他們自己認定的認知範圍，就會容易變得心煩意亂。

資料來源：<http://hkhselderly.com/tc/health/model/377>

【SQS「服務質素標準」話您知】

標準 15：申訴

✧ 每一位服務使用者及職員均有自由申訴其對機構或服務單位的不滿，而毋須憂慮遭受責罰，所提出的申訴亦應得到處理。

2018年11月份月會

日期	時間	內容
10月25日(四) (第一場)	上午9時正	介紹2018年11月份活動及售票
10月26日(五) (第二場)	上午9時正	
10月26日(五) (第三場)	下午2時正	

地址：將軍澳貿泰路八號茵怡花園第一座平台一樓
電話：2997 0206 傳真：2997 0236
電郵：vicwoodchong.nec@poleungkuk.org.hk
保良局安老服務網：
<http://elderly.poleungkuk.org.hk/tc/index.aspx>

中心開放時間：

星期一至五：上午8時45分至下午5時
星期六：上午9時至下午4時
星期日及公眾假期休息

【收費活動】 有興趣報名請 ✓ (*名額將平均分配)

10月開心下午茶 MACS:000273

日期 10月5日(星期五)

時間 下午3時至4時

地點 本中心

內容 由U3A委員製作芋頭椰汁西米露，讓會員共聚一堂，一同享用下午茶。

名額 ①場9人/②場9人/③場9人

費用 會員\$8

義工 李潔珠、林文女、左汝民

職員 陳穎然 姑娘

備註 參加者請準時到達中心，活動開始30分鐘後將不會派發食物。



護士健康檢查_10月 MACS:000269

日期 10月12日(星期五)

時間 上午9時至10時30分

地點 本中心

內容 磅重、量血壓、驗血糖、驗膽固醇。

名額 ①場20人/②場20人/③場20人

費用 磅重、量血壓：免費
驗血糖：會員\$10 / 非會員\$20
驗膽固醇：會員\$35 / 非會員\$45

職員 盧嘉英/廖雅芳 姑娘

備註 活動當天，檢查內容不作更改。



U3A_製作鹹薄餐 MACS:000274

日期 10月19日(星期五)

時間 下午2時30分至3時30分

地點 本中心

內容 由U3A委員教授製作鹹薄餐。

名額 ①場3人/②場3人/③場3人

費用 會員\$10

義工 林文女、陳淑芬

職員 陳穎然 姑娘

備註 每人可製作2塊薄餐，請自攜食物盒盛裝製成品。



【收費班組 / 活動】 有興趣報名請 ✓ (*名額將平均分配)

羅氏長者學苑_日本文化趣談 II

日期 10月6、13、27日、11月10、24日及12月1、15、22日(星期六)

時間 下午2時至3時30分 MACS:000276

地點 保良局羅氏基金中學

內容 學習簡單日本語、認識當代日本流行文化。

名額 ①場5人/②場5人/③場5人

費用 會員\$25

導師 陳青楊

職員 張創裕 先生

備註 參加者需自行前往上課地點。



秋季畫班 MACS:000250

日期 10月16日至12月18日(逢星期二)

時間 上午10時30分至11時30分

地點 本中心

堂數 10堂

內容 資深導師教授素描畫技巧。

名額 ①場2人/②場2人/③場2人

費用 會員\$100

導師 陳曉露

職員 廖雅芳 姑娘

備註 學員需自備畫簿、畫筆及顏料。



【收費班組 / 活動】有興趣報名請 ✓ (*名額將平均分配)

☐ 三中長者學苑_皮革用品班

日期 10月13及20日(星期六)
時間 上午9時30分至11時30分
地點 香港道教聯合會圓玄學院第三中學
內容 由青年導師教授製作玫瑰花擺設及鎖匙包。

MACS: 000265

名額 ①場 3人/②場 3人/③場 2人

費用 會員\$10

導師 尹淑娟

職員 張創裕 先生



- 備註
1. 課堂會有中學生一同上課。
 2. 製作過程需一定體力及技巧，長者需注意身體情況而決定參加與否。
 3. 參加者需自行前往上課地點。



☐ 唱好英文歌 MACS:000278

日期 2018年10月24、31日、11月7、14、21、28日、12月5、12、19日及2019年1月2日(星期三)

時間 下午2時30分至3時30分

地點 本中心

內容 職員與參加者大唱那些年的經典英文金曲。

名額 ①場 2人/②場 2人/③場 2人

費用 會員\$50

職員 廖雅芳 姑娘

- 備註
- 1) 舊生可優先報名。
 - 2) 有興趣之會員請留名登記。



【護老者專頁】*名額有限*，有興趣報名請 ✓ (*名額將平均分配)

☐ 秋季保健按摩 MACS:000251

日期 10月3日至10月31日(逢星期三)
(17/10 暫停)

時間 上午9時至12時45分(每節45分鐘)

地點 本中心

節數 4節

內容 按摩師提供足底或肩頸按摩服務。

名額 ①場 1人/②場 1人/③場 1人

費用 會員\$85/ 非會員\$95(每節)

職員 何天賜 先生

- 備註
1. 足底按摩參加者請在活動前清潔腳部。
 2. 參加者必須購買整個月之節數，如有特別情況，請向何先生查詢。



○ 認知障礙講座

日期 10月18日(星期四)

時間 上午10時至11時

地點 本中心

內容 介紹認知障礙症之十大警號及健腦方法，介紹『隨身寶』服務。

名額 ①場 13人/②場 13人/③場 13人

職員 何天賜 先生



☐ 護老俱樂部 MACS: 000262

日期 10月11日(星期四)

時間 下午3時至4時30分

地點 本中心

內容 與參加者一同探討人各種情緒，當中擔當著什麼角色及功用，並享用茶點，共同渡過一個愉快的下午。

名額 ①場 5人/②場 5人/③場 5人
(護老者優先)

費用 會員\$10/非會員\$12

職員 何天賜 先生



【免費活動】*名額有限*，有興趣報名請 ✓(*名額將平均分配)



普及健體運動



日期 10月2日(星期二)
時間 上午9時至11時
地點 本中心
內容 由康文署健體教練教授健體操。
名額 ①場 10人/②場 10人/③場 10人
職員 廖雅芳 姑娘
備註 1. 參加者需於提前10分鐘到達中心填寫問卷及同意書。
2. 不設後備名額，逾時5分鐘者，即9時05分即當棄權，名額將由抽籤形式即場抽出後備補上。



博健醫療健康與你



日期 10月27日(星期六)
時間 上午10時至11時15分
地點 本中心
內容 由博健醫療有限公司為長者講解有關健康的講座，望能透過活動喚起參加者對自己健康的關注。
名額 ①場 14人/②場 13人/③場 13人
職員 陳穎然 姑娘
備註 不設後備名額，逾時5分鐘者，即當棄權，名額將由抽籤形式即場抽出後備補上。



風濕病基金會講座



日期 10月6日(星期六)
時間 下午2時至3時
地點 本中心
內容 邀請了風濕科專科醫生賴醫生前來講解痛風的護理與治療。
名額 ①場 13人/②場 13人/③場 13人
職員 何天賜 先生



智「NET」長者義工重聚



日期 10月27日(星期六)
時間 下午3時至4時
地點 本中心
內容 與義工們一同聚會，分享心得，計劃活動。
名額 ①場 4人/②場 4人/③場 4人
職員 鄺偉安 先生



樓上樓下互助小組



日期 10月27日、11月3、24日及12月1、15、29日(星期六)
時間 下午3時至4時
節數 6節
地點 本中心
內容 參加者成為樓長義工，建立一個自屬的鄰里圈。
名額 10人(茵怡花園1至6座會員)
職員 何天賜 先生
備註 有意參加之會員於例會後向何生登記。



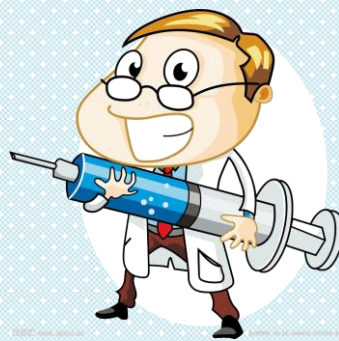
數碼體驗日



日期 10月31日(星期三)
時間 下午12時30分至4時30分
集合時間 下午12時30分
(敬請準時出席，逾時不候)
集合地點 本中心
地點 保良局梁王培芳堂
內容 參與OGCIO智NET長者外展數碼計劃嘉許禮。
名額 ①場 5人/②場 5人/③場 5人
職員 鄺偉安 先生
備註 活動由政府資訊科技總監辦公室贊助。

【免費活動】*名額有限*，有興趣報名請 ✓(*名額將平均分配)

流感疫苗注射 2018



- 日期 11月(日期待定)
時間 待定
地點 本中心
費用 1)50歲或以上人士(費用『全免』)
2)12-49歲人士(收費\$160)
職員 廖雅芳 姑娘
備註 1. 是次服務由「保良局康復一站通」提供服務。
2. 對雞蛋、新霉素或流感疫苗有過敏反應的人;在注射當日身體不適或有發熱症狀的人都不宜接受注射。
3. 有興趣的會員請先留名登記，待有確實日期後，職員會個別聯絡及填寫表格。
4. 為著疫苗注射當天流程順利，參加者必需在注射日期前填妥表格。
5. 是次中心提供四價疫苗注射。
6. 是次活動名額有限，額滿即止。
7. 已繳交之費用，中心不作任何退款或補償。

雅培 講座暨營養粉售賣

(每人最多可預訂 4 罐，額滿即止)

- 日期 10月11日(星期四)
時間 上午9時30分至11時15分(售完即止)
地點 本中心
內容 由雅培職員講解糖尿病好健康的主题。
講座後，開始售賣營養粉。

雅培產品售價：

金裝加營素(400克)呔呢嗶味...	\$78
金裝加營素(900克)呔呢嗶味...	\$163
金裝加營素(900克)朱古力味...	\$163
怡保康(400克).....	\$90.5
怡保康(900克).....	\$205.5
活力加營素(900克)呔呢嗶味.....	\$190
低糖加營素(850克).....	\$168

- 名額 200人
職員 廖雅芳 姑娘
備註 1. 只限本中心會員登記。
2. 登記日期截至10月6日(六)，下午4時為止。
3. 供應商最終決定來貨量，本中心不能保證會員可獲預訂的數量。
如有更改，本中心將張貼告示於中心，供會員詳閱。
4. 活動當天不進行購買餘下的營養粉，如未能在截止日期前登記營養粉之會員，需於下次活動時間才可購買。
5. 登記購買營養粉的參加者，務必於登記時出示有效會員證。
6. 售賣營養粉當日，敬請會員出示訂購登記紙及會員証。
7. 如未能在月會當天登記之參加者，需於3場月會結束後才可接受登記。
8. 價格有所調整，敬請留意。

【免費活動】〈名額不限〉·歡迎即日參與

衛生署講座 關注虐老-長者篇

- 日期 10月4日(星期四) 內容 由衛生署註冊護士講解虐老的定義、種類及成因，提高長者對虐老的警覺性及認識。
時間 上午10時15分至11時15分
地點 本中心
職員 廖雅芳 姑娘



護老·小城·大事

甚麼是吞嚥障礙？

不少人會說「年紀大，機器壞」，機能上出現衰退也是正常老化過程中必經的階段，那是不是每個長者也有吞嚥問題呢？吞嚥障礙是指因身體機能或功能的轉變或心理因素或認知能力退化，導致進食時咀嚼或吞嚥出現問題，或容易「濁親」。

如何知道自己患上吞嚥障礙？

吞嚥障礙常見於腦中風、帕金森症及認知障礙症患者。除了出現「濁親」外，其他常見症狀如下：包括患者持續輕微溫低發燒、於非進食或進食期間會流口水問題、患者需要長時間及很費力地咀嚼或吞嚥、食物及飲料從口中流出或把食物含在口裡、患者未能察覺食物已放進口腔內及體重減輕或身體出現脫水情況。

面對吞嚥障礙，言語治療師會替患者作詳細的面部肌肉及吞嚥能力評估。透過針對性及有效的吞嚥訓練，長者的吞嚥困難可以大幅改善，而家人及照顧者學習執行正確的輔助餵食技巧也非常重要，常見的輔助餵食技巧如下：

1. 患者進食時，盡量「坐直」，維持大約 60 至 90 度的坐姿。進食後，坐立 30 分鐘，避免平卧。
2. 穩定用餐環境及時間，讓患者可於一個穩定及寧靜的環境下用膳。
3. 如患者需由照顧者餵食，照顧者應與患者保持水平線，避免站着餵食。
4. 避免進食鬆脆食物(如餅乾、薯片、蛋撻酥皮)，因食物碎容易被吸進喉嚨，導致哽塞。
5. 避免進食具黏性食物，如年糕、蒸腸粉、糯米雞等，這些都是黏性較重，容易黏在喉嚨上的食物。
6. 避免進食濕滑食物，如西米、湯粉麵、海蜇等，因患者吞嚥速度慢，比較容易「濁親」。
7. 避免進食堅韌食物：不少長者牙齒經已脫落，加上他們的咀嚼能力退化，導致他們難以處理堅韌的食物。
8. 避免進食混合稀杰度食物，因患者可能未能同時處理多種的質地，會容易出現「濁親」。



以上都是面對吞嚥障礙，正確的輔助餵食技巧及注意事項，以上為今期護老小城大事，如想進一步了解相關內容，可與社工何天賜先生查詢。

資訊來源：救世軍「老吾老」(第一百零八期)

護老自修室

十月的「每月之書」是由寶瓶文化事業股份有限公司出版的《死亡如此靠近》。書中作者以三十篇真實故事講述當死亡來臨，病人家屬如何不讓「疲憊」與「無力感」侵蝕雙方的愛。如會員對此書籍感興趣的話，歡迎大家向中心職員查詢及借閱各項護老書籍。

【每月之書】

《死亡如此靠近》

寶瓶文化事業股份有限公司(2014 年出版)

分類：生死教育(E014)

【健步如飛】

健步如飛 – 甲龍古道美食遊

日期	10月23日(星期二)
時間	上午8時30分至下午4時30分
集合時間	上午8時30分(敬請準時出席，逾時不候)
集合地點	本中心
名額	29人
費用	會員\$180 / 非會員\$190
行程	石崗甲龍古道郊遊徑→九龍灣展貿豐膳自助午餐→九龍城寨城公園→回程
職員	廖雅芳 姑娘
備註	<ol style="list-style-type: none"> 1. 是次活動只限健步如飛參加者報名。 2. 因行程多為步行參觀景點，參加者需考慮自己的身體狀況，行動不便者，需作評估才能參加活動。 3. 參加者需於活動當日帶備中心帽、會員証及自備食水。 4. 某些景點(如:牛奶農場)，參加者需自費品嚐各式奶類產品。 5. 有興趣的參加者歡迎向廖雅芳姑娘報名及查詢，額滿即止。



即場登記活動 (不需預先報名)

項目	內容	日期/時間/地點	對象
新聞天地	職員與會員分享時事。	10月3、9、10、16、24、30及31日 上午9時45分(本中心)	會員 / 非會員
先知先覺_ 認知習作	透過熱身遊戲及做認知習作，提升參加者的認知能力。	10月3、10、24及31日(三) 10月19日(五) 上午9時30分(本中心)	先知先覺 參加者
先知先覺_ 健體舞/柔力球	由導師教導參加者伸展運動/柔力球，強健身體，及訓練手腳協調。	10月3、10、24及31日(三) 10月19日(五) 上午10時30分(本中心)	先知先覺 參加者
耆暉量血壓	透過 e 體健系統，為長者提供量血壓服務，持續監察血壓情況。	10月3、10、24及31日(三) 10月6、13、20及27日(六) 下午2時(本中心)	會員 / 非會員
晨早健康舞	大家齊跳健康舞，身體健康又輕鬆。	10月4、5、8、18及22日 上午9時(本中心)	會員 / 非會員
先知先覺_ 手工班/手語班	由導師教導參加者不同穿珠/手語，培養興趣。	10月4、11、18及25日(四) 下午1時(本中心)	先知先覺 參加者
健樂閣	提供按摩器(肩膀、腳底)、按摩椅及肩膀電熱毯供會員免費借用，舒緩身體痛症。	10月5、12及19日(五) 上午9時30分(本中心) 上午9時15分抽籤派籌，名額10名。	會員 / 非會員
中醫義診	中醫師替會員把平安脈。	10月6及20日(六) 上午10時30分(本中心) 上午10時開始派籌。	會員 / 非會員

即場登記活動 (不需預先報名)

項目	內容	日期/時間/地點	對象
卡啦 OK 知音匯	會員可獻唱時代曲和粵曲，與眾同樂。	10月6、13、20及27日(六) 下午1時(本中心)	會員

外出活動 / 會議提醒

項目	內容	日期/時間/地點	對象
U3A 院舍探訪	到景林余堯燊紀念工場探訪院友。	10月3日(三) 下午2時 (於寶林地鐵站集合)	U3A 聯席委員
長幼齊識「碳」- 布偶話劇道具及舞台製作工作坊	學習布偶話劇道具及舞台製作。	10月9、16、23及30日(二) 時間待定 (溫林美賢耆暉中心)	5名識「碳」 義工大使
U3A 聯席會議	U3A 聯席委員與其他中心委員討論有關 U3A 事項。	10月12日(五) 上午9時30分 (劉漢宣紀念長幼天地)	U3A 聯席委員
先知先覺_ 義工聚會	分享推行服務時遇到的情況，及分配義工當值時間。	10月18日(四) 下午2時30分 (本中心)	先知先覺 義工
保良局 140 週年大型慶祝活動	前往尖沙咀海旁進行快閃表演。	10月21日(日) 張先生將個別通知集合時間及地點	耆青小丑
中心委員會	提供平台予會員多參與及商討中心事務。	10月25日(四) 下午2時15分 (本中心)	中心委員會 委員

【特別報告 / 活動】

1. 10月份將安排護士上門探訪，護士盧姑娘將個別與相關會員聯絡。
2. 趣味手語班第一堂於10月8日(一)下午1時開始舉行，敬請舊生依日期準時出席。
3. 秋季普通話班第一堂於10月8日(一)下午2時15分開始舉行，敬請舊生依日期準時出席。
4. 秋季書法班第一堂於10月16日(二)上午9時30分開始舉行，敬請舊生依日期準時出席。
5. 秋季畫班第一堂於10月16日(二)上午10時30分開始舉行，敬請舊生依日期準時出席。
6. 第三期粵曲班第一堂於10月9日(二)下午2時開始舉行，敬請舊生依日期準時出席。
7. 社區飯堂報告
 - 10月3日(三)上午9時將售賣10月15日至27日的早、午、晚餐飯票。
 - 10月15日(一)上午9時將售賣10月29日至11月10日的早、午、晚餐飯票。
 - 10月29日(一)上午9時將售賣11月12日至24日的早、午、晚餐飯票。

提提你：每月壽星 溫馨獻禮

- 10-12月份壽星，請於10-12月期間，帶同會員證到中心領取生日禮物一份及生日卡一張。最遲可於2019年1月4日(五)前取回禮物及生日卡，逾期作自動放棄論。
- 會員可自行到取或請親友代領，但必須帶同有效會員證。

保良局莊啟程耆暉中心同工：

林新慧、陳穎然、楊敏慧、鄺偉安、張創裕、何天賜、盧嘉英、
廖雅芳、鄭妙旋、鄭麗紅、劉麗君、譚美儀



義工快訊

義工運動
Volunteer
MOVEMENT

義務工作是社會政策以外，解決社會問題的方法之一。參與義務工作是體現人人平等、互助互愛、互相學習的精神表達愛心、關懷、分享的積極行動盡公民責任，貢獻及回饋社會。所以，義工對我們來說，是重要的「資產」，他們默默的支持與付出，對於中心是極大的鼓勵。因此，歡迎大家登記成為義工，與「莊老」一起將愛心溫暖帶給有需要的人！如果想知道多D義工活動，歡迎與中心職員鄭生聯絡。

活動預告

- ① 老有所為手語探訪
- 10月5日(五)
- ② 智「NET」長者
義工重聚
- 10月27日(六)
- ③ 社堂飯堂義工招募



保良局
PO LEUNG KUK

先知先覺
認知障礙預防計劃 APEC



Simon K.Y. Lee
Elderly Fund
李國賢長者基金

第五期「先知先覺®」認知障礙預防計劃 好「義」事一欄

我好高興有份參加先知先覺計劃義工，我可以學習新的知識，同老友記一起做習作，他們都好開心。我好多謝陳姑娘叫我同文女做手工班導師，我們會同他們分享做手工樂趣和心得，他們都會動動腦筋去做，完成了好開心。多數辜明銘讚賞，我們有什麼地方做得不好，請各位

多多包容!謝謝!

先知先覺義工:李潔珠



健康資訊速遞

習慣錯誤 - 坐住瞓好傷腰?

脊骨來說，腰椎部份應該向前凸，當我們坐下時，腰的弧度會被拉直。若果我們坐得較放鬆、坐得較差，或者睡覺時，脊骨的拉扯情況會更嚴重。一般來說，有肌肉支撐背部是沒有問題的。但睡覺時，肌肉會放鬆，整個脊骨甚至腰部只能靠關節及韌帶支撐，就會容易產生嚴重的拉扯。最壞的情況是，韌帶變相撕裂，脊骨可能會移位，甚至椎盤向後移，產生腰部或坐骨問題！

當我們坐得太久，覺得腰後或盤骨位置不適，可用以下方法紓緩：

首先我們把右腳放上左腳膝蓋上，然後雙手按住右方膝蓋輕輕按下去，按的時候保持腰挺直，你會感覺到右腰及盤骨位置有拉扯及酸軟的感覺！

另一個動作可以用雙手撐起盤骨位置，當撐起的時候，輕微的把腰部向前推，注意腰部挺直，這個動作可紓緩腰後不適。動作維持 10 秒，重覆 10 次。



資料來源：SportiHealth

快樂小故事

隨心所欲—潘妹

「我最近抽到了康文署的游泳班呢！雖然我還未學懂，但能到泳池運動下都好開心！」潘妹帶點興奮地說。

潘妹予人感覺隨和不計較，總是掛著甜甜的笑容。她愛看電視，特別是旅遊節目，又常到中心參加活動，喜歡與老友記去旅行。來了中心近十年，她在這裡認識了不少老友記，跟很多人都很談得來，所以經常都會來中心跟大家見見面。



她又表示人到老年，見到兒孫有穩定生活，自己又能照顧自己，都很感恩。現在有甚麼想做而能力所及的都會嘗試去做，繼續快樂人生。

《快樂小故事》正接受會員投稿，成功刊登者可贈獲小禮物一份，歡迎向張先生查詢！



關心您的 1+1，透過先進的電子系統(e 體健+長者電話支援系統)，關心您的需要，詳情可向廖姑娘查詢：



藉先進的健康量度系統(量血壓、血含氧量、體溫、體重/BMI)，輕易地將數據上載在互聯網上，再加上透過智能電話、平板電腦等方便地了解參加者的身體狀況及體驗健康管理的方便。

「長者電話支援服務系統」計劃

- 目的：
1. 增設電話報平安系統服務，加強中心個案管理及電話慰問服務
 2. 協助中心推行活動、資訊發放

服務對象：中心個案、隱蔽長者 及 中心已登記參與本服務的會員

① 每天定時慰問 – 長者必須回應

- 與長者一同協定每天的致電時間
- 例子：「您好！里個電話係由保良局莊啟程耆暉中心撥出，每日定時慰問你的情況，請按1字表示您已經聽到里個錄音，但如果還有其他協助，需要支援，請即按9字，我地會盡快聯絡返您，多謝！拜拜！」

② 中心活動、特別資訊發放或祝賀 – 長者不需回應

- 酷熱天氣警告
- 農曆新年、端午節、中秋節、長者日、冬至等特別節慶
- 溫馨提提您 - 提示出席已報名活動

如有任何查詢，歡迎與中心職員聯絡了解更多詳情。

☆入會須知☆

☆入會須知☆			歡迎瀏覽本中心網頁
服務對象	年費	備註	
金咭會員 - 60歲或以上 銀咭會員 - 50-59歲社區人士 護老者會員 - 年滿18歲而需要照顧長者之人士	\$21 \$50 免費	請於中心開放時間內親臨辦理入會手續，並請攜帶： 1. 身份證 2. 半身正面近照1張 3. 會員年費	