



保良局  
PO LEUNG KUK



# 保良局曹金霖夫人耆暉中心 2020年2月份

## 預防肺炎及呼吸道傳染病

近日武漢肺炎疫情嚴峻，各位長者需保持個人衛生及家居環境清潔，齊心抗疫！各位可留意下列的預防小提示：



- 經常保持**雙手清潔**，尤其在觸摸口、鼻或眼之前
- 洗手時應以**梘液**和清水清潔雙手，**搓手最少20秒**
- 雙手沒有明顯污垢時，使用含70至80%的酒精搓手液潔淨雙手
- 打噴嚏或咳嗽時**應用紙巾掩蓋口鼻**，把用過的紙巾棄置於有蓋垃圾桶內，然後徹底清潔雙手
- 如廁後，**先蓋廁板再沖廁**，然後徹底清潔雙手
- 吐痰後應用紙巾包好再丟
- 在搭乘交通工具或在人多擠逼的地方逗留時應佩戴外科口罩
- 正確佩戴口罩十分重要。一般而言，有**顏色 / 摺紋向下的一面**向外，有**金屬條的一邊**向上。橡筋繞在耳朵上，然後拉開外科口罩，使口罩完全覆蓋口、鼻和下巴。把金屬條沿鼻樑兩側按緊，使口罩緊貼面部
- 當出現呼吸道感染病徵，應戴上外科口罩，不應上班或上學，避免前往人多擠逼的地方，**及盡早向醫生求診**。



資料來源：香港特別行政區衛生署衛生防護中心

### 中心開放時間：

星期一至五 上午8時45分至下午5時正

星期六 上午9時至下午4時正

【星期日及公眾假期休息】

### 服務質素標準

標準十六

服務單位採取一切合理步驟，確保服務使用者免受侵犯

### 下次例會日期

日期：2020年3月3日

(星期二)

時間：(第1組)下午2:00-3:00

(第2組)下午3:00-4:00

地點：敬發樓地下

中心職員：吳穎芝 黃雅麗 高麗玲 林婉汶 陳姿尹 潘飛龍 鄧兆芬 朱倩瑩 伍英鳳 張瑞英 梁結英 李秋娥

地址：青衣長發村敬發樓地下102室 電話：2433 7300 傳真：2433 6078

地址：青衣長發村長發社區中心一樓 電話：2433 5822 傳真：2435 5078 電郵:chaokinglin.nec@poleungkuk.org.hk



## 曹老三十周年誌慶 生日快樂

1990年2月6日，曹金霖夫人耆暉中心正式投入服務，為區內長者提供一個舒適的休憩空間，並致力發展持續及多元化的支援服務，務求讓長者發揮潛能，在熟悉的社區中建立豐盛晚年生活。

多年來，中心與各位會員共同經歷了2003年的轉型、2010年敬發樓擴展工程，以至2019年的中心改善工程等等不同且富挑戰性的時刻，創造了一幕幕美好的回憶。至今中心邁進三十周年，在此祝賀中心生日快樂！根深葉茂同時，亦十分感謝各位會員對中心的支持。

為慶祝中心成立三十周年，中心已展開一系列的誌慶活動，與眾同樂，包括「美女廚房」、「魔力橋大賽」、「回味開心星期五」等等。稍後亦將有一連串精彩的活動，敬請留意！



### 資 訊 欄

為配合政府「避免大量服務使用者相互接觸及感染」的抗疫策略，本中心按社署指引維持有限度服務，並採取以下措施：

#### 維持緊急服務

- 中心2月份例會、所有班組活動及報紙閱讀、魔力橋、關愛牙科申請、表格領取等偶到服務暫停，直至另行通知；
- 所有已繳費的活動 / 已領取中電美食券籌號的會員，請保留收據及籌號，等中心進一步消息；
- 緊急支援長者及護老者、諮詢服務及必要的個案服務除外。

#### 飯堂服務暫停

- 社區飯堂暫停，直至另行通知；
- 已購買30/01/2020或以後飯票的長者，請保留飯票收據，以便日後恢復飯堂服務時補餐或退票之用。

#### 個人及環境衛生

- 所有長者及訪客進入中心時必須使用酒精搓手液 **搓手**、**戴口罩**、**探熱及登記**。如體溫出現異常及感到不適，應回家及盡早求診；
- 如非必要，長者應避免前往人流密集的地方，減少感染的機會；
- 中心將加強清潔，包括保持空氣流通、使用漂白水及消毒劑噴清潔中心公共環境。

**\*社區中心單位暫停開放，直至另行通知！  
會員及訪客請往敬發樓單位或致電中心與職員聯絡\***



曹老三十周年呈獻  
喜迎金鼠賀生辰

新型冠狀病毒  
疫情持續  
活動延期至  
另行通知



庚子年敬老賀新春

新型冠狀病毒  
疫情持續  
活動延期至  
另行通知



## 關愛基金數碼電視援助計劃



### 計劃簡介：

本計劃由關愛基金撥款，目的是資助有經濟需要的模擬電視住戶添置數碼電視接收器材，使他們在2020年11月30日終止模擬電視服務後可以繼續收看免費電視節目。

### 申請資格：

- ◇ 申領綜援
- ◇ 長者生活津貼
- ◇ 在職家庭津貼
- ◇ 學生資助
- ◇ 醫療費減免
- ◇ 收入低於入家庭入息中位數75%之人士

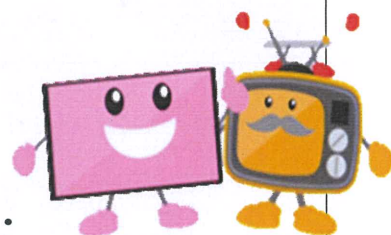


### 申請方法：

- ◇ 身份證副本
- ◇ 申請表

### 申請人可選擇：

- ◇ 數碼機頂盒
- ◇ 24吋數碼電視
- ◇ 32吋數碼電視



## 職員動向

各位老友記，大家好！

很高興通知大家，我由今年1月15日起調任為曹金霖夫人耆暉中心副主任！未來希望與各位老友記及職員繼續推動中心成為一個更溫馨、更精彩的大家庭。

祝各位身體健康！萬事如意！



副主任黃雅麗

# 「智樂天地」認知障礙症長者訓練計劃

- 舉辦健腦活動，提供免費認知障礙症檢測及記憶訓練
- 邀請疑似有早期認知障礙症長者參與每星期 3 節多元化訓練，包括機能協調、認知及感官功能、生活技能，以延緩退化
- 舉辦護老者關懷小組，提供家屬支援
- 設立「智樂天地」資源閣，提供桌遊借用服務

計劃由 中銀香港慈善基金 撥款贊助



計劃推行日期：2020年3月至2021年2月

## 招募「計劃義工」

內 容：計劃義工必須接受及出席所有培訓及聚會，為期一年。

對 象：50歲或以上人士  
歡迎曾參與「先知先覺®」計劃的參加者或義工參加

## 招募「計劃參加者」

內 容：計劃參加者必須出席每週三節的運動及認知小組，為期一年。

對 象：必須同時符合以下條件：

1. 60歲或以上
2. 經檢測評估後，顯示為有早期認知退化

如對上述計劃有任何查詢，可與本中心職員陳姿尹姑娘聯絡。