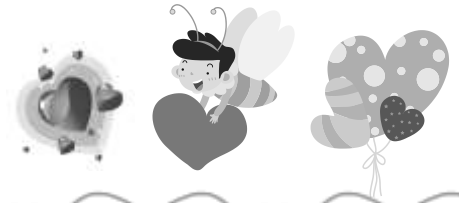




多謝各位支持保良局特飾「便服日」!

7月4日之特飾「便服日」經已完滿結束，方老共籌得\$21,790之善款，感謝各位支持。我們會繼續努力，為各位提供盡善盡美之服務。本局於8月20日進行一年一度之慈善賣旗日，歡迎大家踴躍參加!



服務介紹—— 保良局綠色家居站

繼早前向大家介紹「康復一站通」二手復康用品售賣之後，今次向大家介紹本局另一環保服務—「保良局綠色家居站」，透過推行全港家具/家電回收、轉贈服務，藉以鼓勵社會大眾善用資源，提供棄掉以外的選擇。服務除了有助減低廢物的數量外，更可幫助有需要的人士/家庭。

如老友記有興趣申請服務或將有用家具/家電捐出，歡迎與中心職員聯絡，您亦同時可瀏覽保良局網頁「綠色家居站」網頁：www.poleungkuk.org.hk 取得有關家具/家電回收、轉贈服務指引。

☘中心開放時間☘

星期一至六：上午 9:00 至下午 5:00

星期日及公眾假期休息

後☘下次例會日期☘

2014年9月3日(星期三)

(農曆八月初十日)

關心會：上午 09:00 - 10:00

愛心會：上午 10:15 - 11:15

善心會：下午 02:00 - 03:00

☘中心職員☘

中心主任	：李彥綸
社工	：陳穎嫻
活動策劃幹事	：黎志榮
職業治療師	：馮偉業
福利工作員 3	：余鎮宗
事務助理	：羅銀笑
福利工作員 4	：黎健汶、雷曉雯
庶務員	：唐榮、韓運清
護理員	：黃少豪、方春霞 許小玲

✉地址：九龍觀塘秀茂坪曉麗苑
商場地下 106 號

☎電話：29525601

☎傳真：29525761

✉電郵：fongtam.hc@poleungkuk.org.hk



講座及班組



「慢性疾病飲食須知」

講座(87193)

日期：8月4日(一)

時間：上午 10:00

地點：中心活動室

費用：全免

主講：雀巢(佳膳)香港有限公司



安卓智能手機初階 3(87198)

日期：8月16、30日

(星期六，共2節)

時間：上午 10:00

地點：中心活動室

費用：\$20 名額：10名

內容：教授(Android)安卓智能

電話基本操作，下載應用程式

備註：請自備智能電話



「消代系統問題之便秘」

講座(87194)

日期：8月11日(一)

時間：上午 10:00

地點：中心活動室

費用：全免

主講：雀巢(三花)香港有限公司



「無痛耆蹟痛楚」講座

日期：8月18日(一)

時間：上午 10:00

地點：中心活動室

費用：全免

主講：物理治療師



中文班(4)(86765)

日期：8月28日起

(逢星期四，共5節)

時間：下午 1:45

地點：中心活動室

費用：\$60

名額：10名



「聽覺保健知多少」講座(87196)

日期：8月25日(一)

時間：上午 10:00

地點：中心活動室

費用：全免

主講：衛生署



無痛耆蹟痛症紓緩 管理小組(7)

日期：8月19日起

(逢星期二，共10節)

時間：下午 1:45- 4:45

地點：中心活動室

費用：\$100

內容：由不同的專業人士指導

長者自我管理痛症，紓緩長者生理或

心理的痛楚參加者需同意接受中醫師

針灸治療



「細菌與飲食健康」

講座(87197)

日期：9月1日(一)

時間：上午 10:00

地點：中心活動室

費用：全免

主講：益力多香港有限公司





健康生活



體適能測試(87199)

日期：8月13日(三)

時間：上午9:30

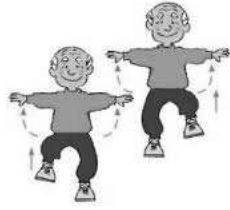
地點：中心活動室

費用：全免

名額：25名

內容：簡單體能檢查

協辦機構：香港浸會大學



健康檢查(87200)

日期：8月20日(三)

時間：上午9:00

地點：中心活動室

內容：磅重、量血壓、驗血糖及由註冊護士解答健康問題

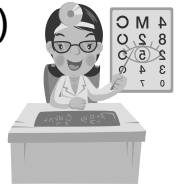
費用：\$5(磅重、量血壓)

\$15(磅重、量血壓、驗血糖)

名額：70名

溫馨提示：名額有限，請預先

報名，額滿即止



足底按摩保健樂

日期：逢星期三

時間：下午1:45-4:45

(每節約45分鐘)

費用：每節(會員) \$75

(非會員) \$85

內容：由專業足底按摩師提供足底按摩服務



桌球之友(85486)

日期：8月4、25(一) 8、22日(五)

8月2、9、16、23、30日(六)

(共9節)

時間：下午3:00

地點：中心活動室

費用：每節\$5

名額：8名



齊聽齊唱兩點鐘(83645)

日期：8月20日(三)

時間：下午2:00

地點：中心活動室

費用：\$10

名額：10名



粵曲小調唱K(83641)

日期：8月15日(五)

時間：下午2:00

地點：中心活動室

費用：\$10

名額：10名



笑談普通話(4)(87201)

日期：9月1日起

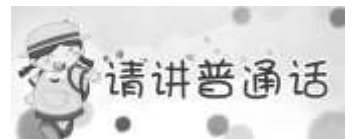
(逢星期一，共5節)

時間：下午1:45

地點：中心活動室

費用：\$50

名額：10名





康樂活動



保良局賣旗日 (85467)

日期：8月20日(三)

時間：上午 9:00

地點：曉麗苑

備註：有興趣義工請與中心職員
阿宗聯絡



「愛家護老」大匯演

(86730)

日期：8月16日(六)

時間：下午 1:30

地點：德田商場一樓平台

費用：全免

名額：50名

內容：愛家護老計劃總結，
話劇匯演及攤位遊戲



長者交通安全隊步操訓練

日期：8月18日(一)

時間：下午 3:00

地點：中心活動室

備註：請各長者交通安全隊
隊員準時出席



耆暉義軍-義工探訪(2)

日期：8月23日(六)

溫馨提示：請各耆暉義軍
義工準時出席



愛家護老話劇訓練

日期：8月11日(一)

時間：下午 3:00

地點：中心活動室

內容：「愛家護老」話劇表演者
訓練

備註：請「愛家護老」話劇
表演者準時出席



耆暉義軍-中醫健康 諮詢服務

日期：8月23日(六)

時間：上午 10:00

地點：中心活動室

費用：全免

名額：40名

內容：由註冊中醫師提供健康講座及
免費健康諮詢

備註：有興趣參加之會員請與中心職員
阿宗報名(耆暉義軍被訪戶
優先報名)



健康活力一天遊(87108)

日期：8月29日(五)

集合時間：上午 9:00

集合地點：本中心

費用：\$238

名額：48名

內容：參觀挪亞方舟

大角咀酒家午餐

參觀饒宗頤文化館

備註：參加者於活動當日請攜帶
中心帽

抽籤日期：8月8日(五)上午 9:30

