



保良局
天德長者援手網絡中心
《2月份月刊》

第122期

關愛基金「長者牙科服務資助」

第四階段擴展項目



關愛基金
長者牙科服務資助項目

項目內容

第四階段擴展項目

第四階段擴展項目

擴展項目的第四階段涵蓋 65 歲或以上領取「長者生活津貼」的長者。

資助服務內容

符合資格的長者可獲免費鑲活動假牙及接受其他相關的牙科診療服務(包括口腔檢查、洗牙、補牙、脫牙及 X 光檢查)。

受惠對象

- ☑ 65 歲或以上並於最近連續三個月正領取「長者生活津貼」長者；
- ☑ 從未受惠於關愛基金的長者牙科服務或衛生署的「長者牙科外科服務計劃」；
- ☑ 已失去全部或部分牙齒或患有牙疾，並願意接受本資助項目的牙科服務資助及診療；
- ☑ 獲參與項目的非政府機構及牙醫，根據香港牙醫學會制訂的指引，評估為需要並適合接受鑲活動假牙及其他相關的牙科診療服務。

申請方法

- 請親自前往參與擴展項目的地區服務單位申請。可於各區長者中心索取辦理申請的地區服務單位名單。
- 請帶同香港身份證正本、最近連續三個月經由銀行戶口每月存入「長者生活津貼」金額的文件(銀行存摺或銀行月結單等)，以及載有中文住址的文件進行申請。

查詢

關愛基金長者牙科服務資助項目辦公室

☎ 2525 8198

🌐 www.hkda.org



《關愛共享計劃》

資料來源：

計劃內容

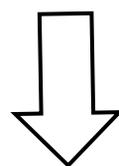
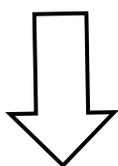
- 獲發一次性最多 4000 元津貼額。
- 申請期：2019 年 2 月 1 日至 4 月 30 日
- 計劃以個人作單位。



申請資格

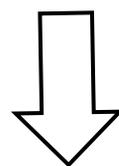
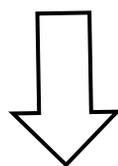
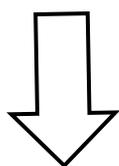
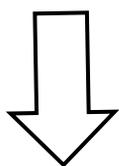
於 2018 年 12 月 31 日，申請人須符合以下條件：

- A) 年滿 18 歲
- B) 持香港身份證
- C) 通常居住在香港
- D) 沒有受惠於 2018-19 年度綜援、長者生活津貼、高齡津貼及傷殘津貼 '三糧'



無需繳交 2017/18 年度薪俸稅

需繳交 2017/18 年度薪俸稅

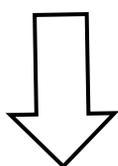
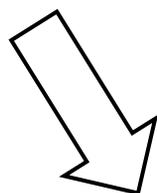
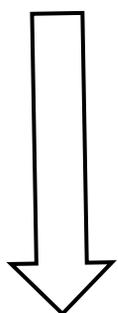


在香港沒有物業

在香港只擁有一所物業自住，2018/19 年度差餉寬減額少於 4,000 元

在香港沒有物業，2017/18 年度薪俸稅退稅額少於 4000 元

在香港只擁有一所物業自住，2017/18 年度薪俸稅退稅額及 2018/19 年度差餉寬減額合計少於 4,000 元



直接申領 4000 元

可申領差額

《免費活動》

開心時刻3點鐘

日期：2月3、10、17及24日(日)

時間：下午3:00-3:30

地點：本中心

內容：有獎 Bingo 遊戲。

報名日期：活動當日即場報名

負責職員：當值職員



中獎名額10名

玩具圖書閣

日期：2月20日(三)、26日(二)及3月5日(二)

時間：下午2:30-3:30

地點：本中心

名額：16名

內容：由義工帶領參加者參與不同的益智遊戲及認知練習。

報名日期：2月份例會後

負責職員：當值職員



護心操

日期：2月18日、25日及3月4日(一)

時間：上午9:30-10:00

地點：本中心

名額：50名

內容：一同練習護心操，強健體魄。

報名日期：2月份例會後

負責職員：當值職員



笑談普通話(體驗班)

日期：2月27日(三)

時間：上午10:00-11:00

地點：本中心

名額：8名

內容：由導師以趣味方式教導普通話。

報名日期：2月份例會後

負責職員：哲圖姑娘



基督教耆福會探訪

日期：2月22日(五)

時間：下午2:30 - 4:00

地點：本中心

名額：50名

內容：由義工帶領參加者唱福音粵曲、分享聖經故事及做運動等。

報名日期：2月份例會後

負責職員：哲圖 姑娘



健步如飛—輕鬆健步行(2月)

日期：2月28日(四)

時間：下午3:30 - 4:30

集合時間：下午 3:15

集合地點：本中心

名額：12名

內容：到中山記念公園進行健步行及簡單伸展運動。

負責職員：馮皓然先生

備註：

1. 參加者請穿著輕便服裝。
2. 交通費由參加者自付。
3. *健步如飛會員優先參加

《免費活動》

衛生署健康講座

1. 認識醫療券

日期：2月21日 (四)

2. 認識大腸癌

日期：2月28日(四)



時間：上午10:00 - 11:00

地點：本中心

名額：50名

報名日期：2月份例會後

講者：衛生署外展護士

U3A新年聯歡聚會(2月)

日期：2月16日 (六)

時間：下午2:00 - 3:00

地點：本中心

名額：30名

內容：由U3A義工與會員慶祝農曆新年及玩遊戲。

報名日期：2月份例會後

負責職員：哲圖姑娘



飛鏢體驗日

日期：2月15、22日及3月1日 (五)

時間：晚上6:00-7:30

地點：本中心

名額：15名

內容：讓會員體驗飛鏢運動的樂趣。

報名日期：2月份例會後

負責職員：洪俊明先生

都市狙擊

日期：2月15及3月1日 (五)

時間：下午2:30 - 3:30

地點：本中心

名額：15名

內容：了解各地時事及奇怪事件。

報名日期：2月份例會後

負責職員：洪俊明先生

雅培奶粉售賣

日期：2月26日 (二)

時間：上午9:30-11:00

地點：本中心

對象：持有效會員證之中心會員

內容：由雅培奶粉供應商派員到中心售賣各類型奶粉。

備註：

1. 數量有限，售完即止。

2. 每人限買最多6罐。

3. 價格及優惠依照供應商於當日而定，本中心沒有收取任何行政費。

4. 請自備環保袋



春節詩詞欣賞

日期：2月20日 (三)

時間：上午10:00 - 11:30

地點：本中心

名額：20名

內容：於一年之初與會員一同欣賞中國新春詩詞。

報名日期：2月份例會後

負責職員：洪俊明先生



《免費活動》

JP派對

日期：2月23日 (六)
時間：上午10:00 - 11:30
地點：本中心
名額：40名
內容：與摩根大通集團JP Morgan義工一同玩遊戲。
報名日期：2月份例會後
負責職員：馮皓然先生



保良局慈善步行

日期：2月23日 (六)
時間：上午11:00 - 4:00
集合時間及地點：上午10:30 本中心
活動地點：沙田馬場、城門河畔及大圍遊樂場
名額：12名
內容：本年以「萬人同行140載」為主題，一起見證保良局140周年重要里程碑。由沙田馬場起步，沿城門河步行至大圍遊樂場，步畢全程約一小時二十分。



報名日期：2月11日開始接受報名

負責職員：哲圖姑娘

備註：

1. 由於是次步行路程較長，適合活動能力及體能較佳之會員報名。
2. 參加者需通過面試。
3. 歡迎會員捐款，善款收益用作保良局拓展各項服務之用。
4. 中心將安排旅遊巴士及三文治
5. 參加者需自備食水

認知無障礙分享會

日期：2月27日 (三)
時間：下午2:30-4:30
地點：本中心
名額：15名
內容：讓會員了解認知無障礙大行動，由職員帶領會員體驗相關遊戲。
對象：對認知無障礙大行動有興趣的會員或護老者
報名日期：2月份例會後
負責職員：洪俊明先生

《收費活動》

元宵節燈謎會



日期：2月19日（二）
時間：下午2:30 - 4:00
地點：本中心
名額：20名
內容：於元宵佳節與會員一同遊戲及享用糖水，感受節日氣氛。
費用：\$30
報名日期：2月份例會後
負責職員：洪俊明先生

漂浮花製作

日期：3月5日（三）
時間：下午2:30 - 3:30
地點：本中心
名額：6名
費用：\$50
內容：與參加者一同製作漂浮花。
報名日期：2月份例會後
負責職員：洪俊明先生



己亥年敬老賀新春

日期：2月26日（三）【農曆正月廿二】
時間：上午9:15 - 下午4:00
集合地點：本中心
地點：九龍灣國際展貿中心三樓展貿廳
名額：42名
費用：\$90
內容：表演、抽獎及新春聚餐
報名日期：2月份例會後
負責職員：馮皓然先生
備註：



- 1) 活動將有旅遊巴來回接送
- 2) 活動時間與當日社區飯堂的午餐相撞，參加者請留意不要購買飯票。
- 3) 沒有參與2019年1月9日「關懷長者心」地區安老 - 企業連繫暨新春茶聚之會員可優先報名此活動

《收費活動》

健康檢查

日期：2月21日 (四)
時間：上午9:00 - 10:00
地點：本中心
名額：20名
費用：\$10



內容：由護士協助參加者進行健康檢查，包括量血壓及驗血糖。
報名日期：2月份例會後
負責職員：謝美真姑娘

備註：

1) 參加者需於驗血糖前2小時空腹

耆舞派對 2019

日期：3月24日 (日)
時間：下午12:45 - 6:00
集合：本中心
地點：九龍灣國際展貿中心三樓展貿廳2
名額：26名
費用：\$110



主題：舞林薈萃
內容：快樂椅子舞匯演，耆舞隊伍巡遊等環節
報名日期：2月份例會後
負責職員：馮皓然先生

備註：

1) 活動由「尊賢會」主辦。
2) 主辦單位會向參加者派發福袋一個。
3) 由中心安排旅遊巴士接載參加者。



保良局社區飯堂計劃

服務目的：

為有需要的長者提供適合及有營養熱餐服務，確保他們能維持健康。

服務對象：

中心會員及有突發需要之社區人士。

費用：

早餐 \$4、午餐 \$12、晚餐 \$12

購票安排：

逢星期五下午1時15分至星期六上午11時30分為購票時段



詳情及餐單請參閱中心壁報



e體健健康站

中心會員可以到e體健健康站量度血壓、血含氧量、心跳、體溫及身體質量指數(BMI)。量度後數據會透過雲端技術送到互聯網，讓長者可以隨時透過互聯網了解自己的健康情況及查閱更多資訊，有興趣的會員可以瀏覽中心海報內有關活動之詳細，歡迎與中心職員聯絡！



凡於一個月內使用e體健超過15天或以上的會員，可獲免費驗血糖一次，名單於每月上旬公佈！

2月份驗血糖日期：
2019年2月21日(四)
上午 9:00



第五期「先知先覺」認知障礙預防計劃 好「義」事一欄

陪伴老友記一年多的「先知先覺」計劃已經步向尾聲，難免有點不捨，但當回首過去一年的片段，卻又發現職員、學員和義工們三方面均各有耕耘和成長，先知先覺的活動越來越多元化，學員亦越發投入，而我有幸參與其中，也獲益良多，希望中心在未來的日子可再開設相類的班組。



(義工陳惠鸞)

《快樂小故事》

藉著上門探訪長者，我們能認識多一些獨居長者，與他們交談及溝通實在是一件愉快的事。被探訪的長者很熱情地招待我們，令我們也感到十分愉快。(義工林春琮及陳綺蓮)



上門探訪獨居長者令我感受到生命不在乎長短，只要活得有價值，開心健康快樂就足夠。能夠有能力做義工幫助別人令我感到開心快樂，很有意義。(義工陸惠芬)



環保基金—長幼齊識「碳」

《布偶話劇綵排日》

日期：2月23日(六)及3月4日(一)

時間：下午2:00 - 3:00

地點：本中心



《布偶話劇表演日2》

日期：2月25日(一)

時間：下午5:30 - 6:30

集合時間及地點：下午4:00 本中心

表演地點：明愛荃灣社區中心（荃灣城門道九號二樓）

《布偶話劇表演日3》

日期：3月5日(五)

時間：上午10:15 - 11:15

集合時間及地點：上午9:45 本中心

表演地點：聖雅各福群會寶翠園幼稚園（西寶城二樓平台）

負責職員：馮皓然先生

「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. 協助中心推行活動及資訊發放

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！呢個電話係由保良局中心撥出，每日定時慰問你的情況，請按1字表示您已經聽到呢個錄音，但如果有其他協助，需要支援，請即按9字，我地會盡快聯絡返您，多謝！拜拜！」

② 個別中心活動、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



10

如有任何查詢，歡迎與中心職員聯絡了解更多詳情。

「送暖樂社群」2019-2020 「唔怕麻煩人大使」獎勵計劃

何謂「唔怕麻煩人大使」？

會員可向中心職員登記成為大使，在社區協助尋找隱蔽或獨居長者，主動鼓勵他們改變「怕麻煩人」的心態，並邀請他們加入中心，提醒他們有需要時要主動求助。

「唔怕麻煩人大使」獎勵計劃是什麼？

每年由中心推選三名表現突出的大使，大使須參與至少一項「送暖樂社群」的活動，其他任務的範圍不限，包括招募新會員加入長者中心、協助中心的活動或「預防認知障礙症」的教育推廣等。

「送暖樂社群」2019-2020 有什麼活動？

由2019年4月至2020年3月，中心將會舉辦上門探討獨居長者、迎新活動及參與計劃開展儀式等，請密切留意。

2018-2019的獎勵紀念品何時派發？

已於2019年1月31日前登記之「唔怕麻煩人大使」，職員將會稍後通知你到中心領取紀念品。

「送暖樂社群」2019年服務開展儀式

日期：3月14日（四）

時間：上午（待定）

集合：本中心

地點：香港醫學專科學院（香港仔黃竹坑道99號）

名額：10名

費用：免費

內容：參與新一年度的開展儀式、嘉許儀式及抽獎

報名日期：2月份例會後

負責職員：葉佩珊姑娘



備註：

- 由於受保險條款所限，是次活動參加者年齡上限為85歲。
- 2018-2019年度已登記之「唔怕麻煩人大使」優先參加。
- 由中心安排旅遊巴士接載。

《自由講場》

如對本中心服務有任何意見或建議，歡迎當值職員提出或聯絡下列負責人。
你的意見有助我們持續改善，提昇服務質素，令服務達至臻善，多謝支持。

	中心主任	安老院舍服務經理
姓名	洪佩華女士	梁麗冰女士
電話	2817 1858	2277 8888
傳真	2818 3174	2890 2097
電郵	eldcom.watch@poleungkuk.org.hk	soc.admin@poleungkuk.org.hk
地址	西環卑路乍街8號1樓平台	銅鑼灣禮頓道66號莊啟程大廈5樓

中心開放時間

暴風雨訊號下中心服務安排

星期一至四及六	上午9時至下午6時	懸掛訊號	中心服務/ 戶內活動	戶外活動
星期五	下午1時至晚上9時	 T1	✓	✓
星期日	下午2時至6時	 L3	✓	✗
公眾假期	休息	 8	✗	✗

督印人：	洪佩華
編輯組：	葉佩珊、哲圖、洪俊明、馮皓然、謝美珍
印刷數量：	280份
出版日期：	2019年2月

地址：香港西環卑路乍街8號1樓平台
電話：2542 7765 傳真：2542 7769
電郵：eldcom.watch@poleungkuk.org.hk